

Perbedaan *Video Reels Instagram* dengan Ceramah tentang Pencegahan Anemia sebagai Media Promosi Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Motivasi Remaja Putri SMA di Kabupaten Ciamis

Yudi Dirgantara Dakushid
Universitas Jenderal Achmad Yani
Email: dakushid@gmail.com

Abstrak

Kasus anemia di Kabupaten Ciamis dari hasil skrining anemia pada kelas 7 dan kelas 10 mengalami peningkatan setiap tahunnya dari 5247 kasus (33.5%) pada tahun 2023 menjadi 5920 kasus (35,53%) pada tahun 2025. Bahkan jika kita melihat prevalensi kasus anemia kelas 10 tahun 2025 itu mencapai 41.98%. Menurut WHO ketika prevalensi suatu penyakit lebih dari 40% maka masalah kesehatan tersebut tergolong pada masalah kesehatan yang berat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh *video Reels Instagram* tentang pencegahan anemia terhadap pengetahuan, sikap dan motivasi remaja putri di SMA Kabupaten Ciamis. Desain Penelitian ini menggunakan kuantitatif (*Pre-experimental pre-posttest with control group design*). Sampel pada penelitian ini merupakan remaja putri SMK N 1 Ciamis dan SMK N 1 Kawali yang berusia 15-18 tahun, berjumlah 340 siswa yang dibagi menjadi 2 kelompok di masing-masing sekolah yaitu kelompok perlakuan yang diberikan edukasi menggunakan *video Reels Instagram* dan kelompok kontrol yang diberikan edukasi dengan ceramah tanpa media. Analisis data yang digunakan adalah uji *Wilcoxon* dan *t-dependent* untuk melihat pengaruh pada kelompok yang sama, dan uji *T Dependen* dan *Man Whitney* untuk melihat perbedaan pengaruh pada 2 kelompok berbeda. Berdasarkan uji *Wilcoxon* dan *t-dependent* didapatkan hasil nilai $p = 0,0001 (< 0,005)$ menunjukkan kedua metode memberikan pengaruh signifikan. pada hasil uji perbedaan pengaruh menunjukkan adanya perbedaan hasil intervensi pada *video Reels Instagram* dan ceramah (tanpa media). Jadi dapat disimpulkan terdapat perbedaan hasil antara *video Reels Instagram* dengan ceramah (tanpa media) terhadap pengetahuan, sikap dan motivasi remaja putri tentang pencegahan anemia dengan nilai rata-rata pada metode *video Reels Instagram* lebih besar.

Kata Kunci: Anemia pada Remaja Putri, *Video Reels Instagram*, Edukasi Anemia

Abstract

Anemia cases in Ciamis Regency based on anemia screening among seventh-and tenth-grade students have increased annually, from 5,247 cases (33.5%) in 2023 to 5,920 cases (35.53%) in 2025. Furthermore, the prevalence of anemia among tenth-grade students reached 41.98% in 2025. According to the World Health Organization (WHO), a disease prevalence of more than 40% indicates a severe public health problem. This study aimed to determine the difference in the effects of Instagram Reels videos on anemia prevention on the knowledge, attitudes, and motivation of female adolescents in senior high schools in Ciamis Regency. This study employed a quantitative approach using a *Pre-experimental pretest-posttest with control group design*. The study sample consisted of 340 female students aged 15–18 years from SMK Negeri 1 Ciamis and SMK Negeri 1 Kawali, who were divided into two groups at each school: an intervention group that received anemia prevention education through Instagram Reels videos and a control group that received education through lectures without media. Data were analyzed using the *Wilcoxon* test and paired *t-test* to assess changes within each group, and the independent *t-test* and *Mann–Whitney* test to determine differences in intervention effects between the two groups. The results of the *Wilcoxon* test and paired *t-test* showed a p -value of 0.0001 (< 0.05), indicating that both educational methods had a statistically significant effect. The analysis of differences in intervention effects demonstrated differences between the Instagram Reels video and lecture methods without media in improving knowledge, attitudes, and motivation regarding anemia prevention. The Mean scores for the Instagram Reels video intervention were higher than those of the lecture method without media.

Keywords: Anemia in Adolescent Girls, Instagram Reels Videos, Anemia Education

1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan keadaan dimana kadar sel darah merah atau hemoglobin (Hb) lebih rendah dari nilai normal karena kekurangan zat besi. Indikator anemia pada anak usia 15-17 tahun adalah < 12.0 g/dl [1]. Prevalensi global anemia pada wanita berusia 15–49 tahun 2021 adalah 29,9% dan di Asia Tenggara, prevalensi anemia sebesar 41,9% [2], dengan Wilayah Afrika dan Wilayah Asia Tenggara menjadi wilayah yang paling terdampak [3]. Kasus kejadian anemia di Provinsi Jawa Barat berdasarkan laporan dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2022 sebesar 41,93% atau 1,7 juta kasus [4].

Di Indonesia berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensi anemia remaja pada usia 15-24 tahun sebesar 15,5% didominasi oleh Perempuan sebesar 18,0% [5]. Di Kabupaten Ciamis terjadi peningkatan prevalensi kasus anemia tahun 2023-2025 pada remaja putri (rematri) yang duduk di bangku kelas 7 dan 10. Tahun 2023 terdapat 5247 (33,5%) [6] meningkat pada Tahun 2025 menjadi 5920 (35,53%). Jika kita membandingkan presentase kasus yang terjadi pada tahun 2025 antara kelas 7 dan kelas 10, kasus terbanyak terjadi di kelas 10 dengan jumlah kasus 3078 (41,98%) [7]. Jika melihat data tersebut, menunjukkan bahwa kasus anemia pada kelas 10 telah tergolong menjadi masalah kesehatan yang berat sesuai pedoman terbaru WHO tahun 2024 yang berjudul *Guideline on Haemoglobin Cutoffs to Define Anaemia in Individuals and Populations* jika prevalensi masalah Kesehatan mencapai 40% termasuk sebagai masalah kesehatan masyarakat yang berat [3].

Anemia akan memberikan dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek seperti menurunnya produktifitas, kebugaran dan daya tahan tubuh [8]. Selain itu ada dampak jangka panjang yang terjadi ketika remaja putri ini dewasa dan hamil dapat mengakibatkan dampak negatif tidak hanya kepada ibu hamil dan janin yang dikandungnya [9]. Mengingat dampak yang ditimbulkan oleh anemia ini, maka harus melakukan intervensi agar kasus ini tidak berkelanjutan. Intervensi yang dilakukan harus memberi dampak secara optimal terutama pada penyebab anemia pada remaja putri. Melihat hal tersebut Pemerintah Daerah Kabupaten Ciamis melalui Puskesmas rutin melakukan AKSI BERGIZI setiap tahunnya untuk melakukan pencegahan anemia pada remaja putri di Sekolah tapi hasilnya angka kasus anemia di Kabupaten Ciamis terus naik pada kelas 10 [7].

Fitur *video Reels* pada *Instagram* dapat menjadi solusi sebagai media edukasi untuk melakukan intervensi menekan angka kasus anemia di Kabupaten Ciamis. Sebagai fitur *video* pendek bisa menjadi lebih efektif dari pada *video* durasi Panjang seperti pada suatu studi yang menunjukkan bahwa *video* pendek dapat secara signifikan meningkatkan keterlibatan siswa sebesar 24,7% (nilai median) dan nilai ujian akhir mereka sebesar 7,4%, dibandingkan dengan kelompok *video* panjang, yang dapat dikaitkan dengan pengurangan beban kognitif [10], ke tiga potensi penggunaan media sosial pada remaja putri Ciamis cukup tinggi diperkirakan sekitar 70% dari populasi umum Ciamis telah memanfaatkan platform digital untuk mendapatkan informasi. Rinciannya, kelompok usia 15-24 tahun menunjukkan tingkat penggunaan tertinggi, mencapai 92%. Tingkat penggunaan yang tinggi ini juga tercermin dari frekuensi akses harian; sekitar 45% pengguna menghabiskan 3-5 jam setiap hari di media *Online*, yang menegaskan peran sentral platform digital sebagai sumber informasi utama bagi masyarakat Ciamis [11].

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian *Pre-experimental pre-posttest with control group design*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswi yang berada di dua sekolah dengan kasus anemia tertinggi di Kabupaten Ciamis pada Tahun 2025 berjumlah 3600 siswi. Penentuan jumlah sampel dihitung dengan menggunakan rumus *Slovin* dan mendapatkan responden berjumlah 340 siswi lalu menggunakan *cluster sampling* untuk menentukan jumlah sampel yang memenuhi kriteria inklusi di SMK N 1 Ciamis

dan SMK N 1 Kawali. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitas dengan metode *Pearson product moment*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 3-4 Maret 2026.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

1). Analisis Univariat

Karakteristik sampel pada penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan Gambaran distribusi frekuensi karakteristik secara umum seperti umur dan keterparan informasi mengenai anemia sebelumnya. Karakteristik responden pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kelompok			
	Perlakuan		Kontrol	
	N	(%)	N	(%)
Umur				
15 Tahun	4	1,2	3	0,9
16 Tahun	64	18,8	45	13,2
17 Tahun	97	28,5	116	34,1
18 Tahun	5	1,5	6	1,8
Total	170	100	170	100
Keterpaparan Informasi				
Sudah	135	79,4	145	85,3
Belum	35	20,6	60	14,7
Total	170	100	170	100

Melalui Tabel 1 menunjukkan karakteristik usia responden pada penelitian ini didominasi oleh usia 17 tahun baik kelompok perlakuan sebanyak 97 orang (28,5%) dan kelompok kontrol sebanyak 116 orang (34,1%). Karakteristik keterpaparan informasi pada responden mengenai anemia sebelum penelitian dilakukan pada kelompok perlakuan yang telah terpapar sebanyak 135 orang (39,7%) dan sisanya sebanyak 35 orang (10,3%) belum terpapar. Pada kelompok kontrol jumlah yang sudah terpapar lebih banyak yaitu 145 orang (42,6%) dan sisanya 60 orang (7,4%) belum terpapar.

2). Analisis Bivariat

Analisis bivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbandingan antara metode *video Reels Instagram* dan metode ceramah tanpa media dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan motivasi tentang pencegahan anemia. Adapun hasil bivariat yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 2. Perubahan Pengetahuan Sebelum dan Setelah Intervensi pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Pengetahuan	Sebelum		Setelah		Uji	Nilai p
	Mean	SD	Mean	SD		
Perlakuan	11,22	3,680	16,25	2,481	<i>Wilcoxon</i>	0,0001
Selisih kelompok perlakuan	5,03	1,199				
Kontrol	10,98	2,583	14,18	2,783	<i>T Dependent</i>	0,0001
Selisih kelompok kontrol	3,2	0,2				

Berdasarkan Tabel 2, rerata nilai pengetahuan pada masing-masing kelompok mengalami kenaikan, yaitu dari 11,22 menjadi 16,25 untuk kelompok perlakuan dan 10,98 menjadi 14,18 untuk kelompok kontrol. Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh signifikan terhadap pengetahuan responden mengenai Pencegahan anemia pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan Nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$).

Tabel 3. Perubahan Sikap Sebelum dan Setelah Intervensi pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Sikap	Sebelum		Setelah		Uji	Nilai p
	Mean	SD	Mean	SD		
Perlakuan	75,05	8,183	84,56	8,375	<i>Wilcoxon</i>	0,0001
Selisih kelompok perlakuan	9,51	0,192				
Perlakuan	76,40	8,379	80,65	8,959	<i>T Dependent</i>	0,0001
Selisih kelompok kontrol	4,25	0,58				

Berdasarkan Tabel 3, rerata nilai sikap pada masing-masing kelompok mengalami kenaikan, yaitu dari 75,05 menjadi 84,56 untuk kelompok perlakuan dan 76,40 menjadi 80,65 untuk kelompok kontrol. Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh signifikan terhadap sikap responden mengenai Pencegahan anemia pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan Nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$).

Tabel 4. Perubahan Motivasi Sebelum dan Setelah Intervensi pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Motivasi	Sebelum		Setelah		Uji	Nilai p
	Mean	SD	Mean	SD		
Perlakuan	75,20	9,312	83,27	9,104	<i>Wilcoxon</i>	0,0001
Selisih kelompok perlakuan	8,07	0,208				
Perlakuan	76,54	9,570	79,72	9,392	<i>Wilcoxon</i>	0,0001
Selisih kelompok kontrol	3,18	0,178				

Berdasarkan Tabel 4, rerata nilai motivasi pada masing-masing kelompok mengalami kenaikan, yaitu dari 75,20 menjadi 83,27 untuk kelompok perlakuan dan 76,54 menjadi 79,72 untuk kelompok kontrol. Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh signifikan terhadap sikap responden mengenai Pencegahan anemia pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan Nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$).

3). Analisis Multivariat

Analisis multivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh dari faktor perancu terhadap perubahan tingkat pengetahuan, sikap dan motivasi hasil dari intervensi dari metode *video Reels Instagram* dan metode ceramah tanpa media. Adapun hasil multivariat yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 5. Pengaruh Faktor Perancu terhadap Perubahan Tingkat Pengetahuan Kelompok Perlakuan

Pengetahuan	B	Nilai p
Kelompok	1,138	0,0001
Konstanta	-1,617	

Berdasarkan Tabel 5, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa variabel kelompok memiliki nilai $B = 1,138$, $Wald = 25,338$, dan Nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan

bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kelompok perlakuan terhadap peningkatan pengetahuan. Nilai $Exp(B) = 3,119$ mengindikasikan bahwa responden pada kelompok perlakuan memiliki peluang 3,119 kali lebih besar untuk mengalami peningkatan pengetahuan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Selain itu, nilai 95% *Confidence Interval (CI)* berada pada rentang 2,003-4,858 dan tidak melewati angka 1, yang berarti hubungan tersebut secara statistik signifikan dan konsisten. Hasil analisis ini juga menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan tersebut tidak dipengaruhi oleh variabel perancu.

Tabel 6. Pengaruh Faktor Perancu terhadap Perubahan Tingkat Sikap Kelompok Perlakuan

Sikap	B	Nilai p
Kelompok	1,039	0,0001
Konstanta	-1,420	

Berdasarkan Tabel 6, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa variabel kelompok memiliki nilai $B = 1,039$ dan Nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kelompok perlakuan terhadap peningkatan pengetahuan. Selain itu, nilai 95% *Confidence Interval (CI)* berada pada rentang 1,819-4,392 dan tidak melewati angka 1, yang menandakan bahwa hubungan tersebut secara statistik signifikan dan memiliki kekuatan asosiasi yang konsisten. Hasil analisis ini juga menunjukkan bahwa peningkatan sikap tersebut tidak dipengaruhi oleh variabel perancu.

Tabel 7. Pengaruh Faktor Perancu terhadap Perubahan Tingkat Motivasi Kelompok Perlakuan

Motivasi	B	Nilai p
Kelompok	0,950	0,0001
Konstanta	-1,163	

Berdasarkan Tabel 7, hasil analisis regresi logistik menunjukkan bahwa variabel kelompok memiliki nilai $B = 0,950$ dengan Nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kelompok perlakuan terhadap peningkatan motivasi. Selain itu, nilai 95% *Confidence Interval (CI)* berada pada rentang 1,664-4,020, yang tidak melewati angka 1. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara kelompok perlakuan dan peningkatan motivasi bersifat signifikan dan konsisten secara statistik. Hasil analisis ini juga menunjukkan bahwa peningkatan motivasi tersebut tidak dipengaruhi oleh variabel perancu.

b. Pembahasan

1). Perbedaan *Video Reels Instagram* dengan Ceramah (Tanpa Media) dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Pencegahan anemia

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 340 remaja putri yang bersekolah di SMK N 1 Ciamis dan SMK N 1 Kawali. Berdasarkan hasil analisis uji *Wilcoxon* untuk kelompok perlakuan dan uji *T dependen* sama menunjukkan hasil Nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) artinya intervensi menggunakan *video Reels Instagram* dan ceramah (tanpa media) sama-sama menunjukkan pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan tentang pencegahan anemia terhadap remaja putri.

Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Tanpa pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi [12]. Informasi yang ditransmisikan melalui mata dan telinga dari *video Reels Instagram* dan melalui telinga saja dari ceramah akan dapat meningkatkan pengetahuan.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kariani, *et al.* (2025) menunjukkan edukasi gizi melalui *TikTok* dan *Instagram* terbukti efektif meningkatkan

pengetahuan anemia, baik pada uji awal maupun uji silang, sehingga media sosial dapat dimanfaatkan sebagai sarana edukasi kesehatan yang menarik dan mudah diterima remaja [11]. Pada penelitian lainnya juga yang dilakukan di Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Faletehan Serang untuk membandingkan efektivitas ceramah dan media *video* untuk meningkatkan pengetahuan. Ceramah dapat meningkatkan pengetahuan secara signifikan tapi dengan *level* signifikan masih di bawah media *video* [13].

Walau hasil 2 metode tersebut sama memiliki pengaruh yang signifikan tapi nilai rata-rata peningkatan Nilai pengetahuan mengenai pencegahan anemia pada kelompok yang diberikan edukasi menggunakan media *video Reels Instagram* adalah 16,25 sedangkan Pada kelompok kontrol yang diberikan edukasi ceramah adalah sebesar 14,18. Perbedaan pada nilai rata-rata antara kelompok yang diintervensi dengan *video Reels Instagram* menunjukkan peningkatan pengetahuan lebih besar dengan selisih 2,07.

Selisih tersebut terjadi salah satunya karena perbedaan jumlah indra yang digunakan orang responden dalam menerima informasi. *Video Reels Instagram* memberikan input informasi melalui indra penglihatan dan pendengaran sedangkan ceramah hanya melalui pendengaran. Menurut [14] yang menunjukkan bahwa pengetahuan dapat dipengaruhi oleh pemberian media *video* karena dapat mencerminkan adanya penyerapan informasi yang lebih efektif dengan menggunakan indra penglihatan dan pendengaran serta dapat meningkatkan pengetahuan dibandingkan hanya menggunakan indra penglihatan. Selain keterlibatan indra juga terdapat faktor metode yang lebih menarik hal ini sesuai dengan [15] yang menerangkan bahwa *video* lebih menarik dan tidak monoton.

Berdasarkan penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan peningkatan pengetahuan antara menggunakan metode *video Reels Instagram* dengan ceramah dan metode *video Reels Instagram* menunjukkan nilai rata-rata lebih tinggi.

2). Perbedaan *Video Reels Instagram* dengan Ceramah (Tanpa Media) dalam Meningkatkan Sikap tentang Pencegahan anemia

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 340 remaja putri yang bersekolah di SMK N 1 Ciamis dan SMK N 1 Kawali. Berdasarkan hasil analisis uji *Wilcoxon* untuk kelompok perlakuan dan uji T dependen sama menunjukkan hasil Nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) artinya intervensi menggunakan *video Reels Instagram* dan ceramah (tanpa media) sama-sama menunjukkan pengaruh signifikan terhadap peningkatan sikap tentang pencegahan anemia terhadap remaja putri.

Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Safura, *et al.* (2025) menunjukkan bahwa *Instagram Reels* efektif sebagai media promosi kesehatan untuk meningkatkan sikap remaja [16]. Sama hal dengan metode ceramah sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Selvia, *et al.* (2024) menunjukkan bahwa metode ceramah memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan mengenai gangguan konsentrasi belajar di MAN 1 Sumedang [17].

Walau hasil 2 metode tersebut sama memiliki pengaruh yang signifikan tapi nilai rata-rata peningkatan nilai sikap mengenai pencegahan anemia pada kelompok yang diberikan edukasi menggunakan media *video Reels Instagram* adalah 84,56 sedangkan Pada kelompok kontrol yang diberikan edukasi ceramah adalah sebesar 80,65. Perbedaan pada nilai rata-rata antara kelompok yang diintervensi dengan *video Reels Instagram* menunjukkan peningkatan sikap lebih besar dengan selisih 3,91.

Sedana dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Setiawati, *et al.* (2023) yang bertujuan untuk mengidentifikasi *Reels Instagram* dakwah yang ditonton pengguna *Instagram* termasuk peserta didik di Madrasah Tsanawiyah Negeri 35 Jakarta yang diduga dapat mempengaruhi perilaku atau sikap seseorang dengan hasil *video Reels Instagram* mempengaruhi sikap peserta didik menjadi memiliki sikap yang bagus, seperti bagaimana

menjadi Muslim yang baik dengan mencintai tanah airnya dan hidup berdampingan dengan perbedaan agama, suku, dan bahasa dengan tuntutan ajaran Islam [18]. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan di Desa Karangroto juga menunjukkan hasil bahwa *Instagram Reels* dan *TikTok* sama-sama efektif sebagai media promosi kesehatan untuk meningkatkan sikap remaja terhadap bahaya penggunaan kawat gigi *fashion* [16].

Berdasarkan penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan peningkatan sikap antara menggunakan metode *video Reels Instagram* dengan ceramah dan metode *video Reels Instagram* menunjukkan nilai rata-rata lebih tinggi.

3). Perbedaan *Video Reels Instagram* dengan Ceramah (Tanpa Media) dalam Meningkatkan Motivasi tentang Pencegahan anemia

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 340 remaja putri yang bersekolah di SMK N 1 Ciamis dan SMK N 1 Kawali. Berdasarkan hasil analisis uji *Wilcoxon* untuk kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sama menunjukkan hasil Nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) artinya intervensi menggunakan *video Reels Instagram* dan ceramah (tanpa media) sama-sama menunjukkan pengaruh signifikan terhadap peningkatan motivasi tentang pencegahan anemia terhadap remaja putri.

Hasil tersebut senada dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Anzani, *et al.* (2025) yang dilakukan di SMA di Kabupaten Tangerang yang meneliti tentang hubungan *Reels Instagram* dengan motivasi belajar siswa menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang belajar menerapkan *Instagram Reels* dan siswa yang belajar tidak menerapkan *Instagram Reels*. Maka, dapat disimpulkan bahwa penerapan *Instagram Reels* sebagai sumber belajar efektif meningkatkan motivasi belajar kimia siswa [19]. Pada penelitian lain mengenai metode ceramah juga menunjukkan hasil yang senada. Penelitian ini menyimpulkan adanya hubungan antara metode ceramah dengan motivasi siswa. Sebagaimana motivasi belajar siswa kelas IV dalam pembelajaran *mufradat* dengan metode ceramah termasuk dalam kategori tinggi [20].

Walau hasil 2 metode tersebut sama memiliki pengaruh yang signifikan tapi nilai rata-rata peningkatan nilai motivasi mengenai pencegahan anemia pada kelompok yang diberikan edukasi menggunakan media *video Reels Instagram* adalah 83,27 sedangkan Pada kelompok kontrol yang diberikan edukasi ceramah adalah sebesar 79,72. Perbedaan pada nilai rata-rata antara kelompok yang diintervensi dengan *video Reels Instagram* menunjukkan peningkatan motivasi lebih besar dengan selisih 3,55.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya seperti yang dilakukan oleh Zannah dan Nurlaili (2023) di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam menunjukkan hasil Motivasi siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam kelas sebelas dalam berbicara bahasa Inggris dapat ditingkatkan dengan menggunakan *video vlog mini Reels Instagram* sebagai media untuk memotivasi siswa dalam berbicara bahasa Inggris [21]. Dan penelitian lain yang dilakukan oleh Angelia, *et al.* (2024) di SMA ST. Aloysius yang menunjukkan hasil pengukuran uji beda pengetahuan, sikap, dan praktik berarti ada pengaruh/perbedaan responden yang signifikan antara sebelum dengan sesudah diberikan metode ceramah [22].

Berdasarkan penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan peningkatan motivasi antara menggunakan metode *video Reels Instagram* dengan ceramah dan metode *video Reels Instagram* menunjukkan nilai rata-rata lebih tinggi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 240 remaja putri di SMK N 1 Ciamis dan SMK N 1 Kawali menunjukkan bahwa intervensi menggunakan metode *video Reels Instagram* dan ceramah (tanpa media) memberikan hasil pengaruh secara signifikan ($p =$

0,0001) terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan motivasi tentang pencegahan anemia. Tapi antara kedua metode tersebut menunjukkan terdapat perbedaan hasil pada nilai rata-rata yang secara keseluruhan baik pada pengetahuan, sikap dan motivasi metode *video Reels Instagram* menunjukkan nilai rata-rata yang lebih tinggi.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1]. N. A. F. Rika Ariana, "Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri: Literatur Review," *J. Kesehat. komunitas (Journal community Heal.*, vol. 10, no. 1, pp. 133–140, 2024, doi: 10.25311/keskom.vol10.iss1.1403.
- [2]. D. Nurhayati *et al.*, "'CEMARA JUKAJU' Cegah Anemia dengan Jus Kacang Hijau," *J. Kreat. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 7, no. 10, pp. 4269–4276, 2024, doi: 10.33024/jkpm.v7i10.15535.
- [3]. WHO, *Guideline on Haemoglobin Cutoffs to Define Anaemia in Individuals and Populations*, vol. 11, no. 1. Geneva, Switzerland, 2024. [Online]. Available: http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_Sistem_Pembetungan_Terpusat_Strategi_Melestari
- [4]. R. Fauziah *et al.*, "Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas," 2025.
- [5]. Kemenkes RI, *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. KEMENKES, 2023.
- [6]. Dinkes Kab. Ciamis, "Data Kasus Anemia Tahun 2023," Ciamis, 2023.
- [7]. Dinkes Kab. Ciamis, "Data Kasus Anemia Tahun 2025," Ciamis, 2025.
- [8]. Kemenkes, *Buku Saku Pencegahan anemia pada Ibu Hami*. 2023.
- [9]. F. Ningtyias, K. Aryatika, L. Mufidah, S. Irmayanti, and S. Soleha, *Buku Saku Pencegahan anemia Pada Remaja Putri*. Surabaya: Health Advocacy Yayasan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat, 2022.
- [10]. J. Zhu *et al.*, "The impact of short *videos* on student performance in an *Online*-flipped college engineering course," *Humanit. Soc. Sci. Commun.*, vol. 9, no. 1, pp. 1–10, 2022, doi: 10.1057/s41599-022-01355-6.
- [11]. D. K. Sevianny, I. Nursetiawan, and D. Yuliani, "Strategi Dinas Komunikasi dan Informatika Kabupaten Ciamis dalam Meningkatkan Layanan Informasi Publik Melalui Aplikasi Helo Ciamis," *Jemb. Huk. Kaji. Ilmu Hukum, Sos. dan Adm. Negara*, vol. 2, no. 3, 2025.
- [12]. M. Pakpahan *et al.*, *Promosi Kesehatan & Perilaku Kesehatan*, 1st ed. Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021.
- [13]. A. Sustiyono, "Perbedaan Efektivitas Metode Ceramah dan Media *Video* dalam Meningkatkan Pengetahuan Pembelajaran Praktikum Keperawatan," *Faletehan Heal. J.*, vol. 8, no. 02, pp. 71–76, 2021, doi: 10.33746/fhj.v8i02.241.
- [14]. S. Tham, R. Thompson, O. Landeg, K. Murray, and T. Waite, "Indoor temperature and health: a global systematic review," *Public Health*, vol. 179, pp. 9–17, Nov. 2020, doi: 10.1016/j.puhe.2019.09.005.
- [15]. K. Atika, R. Sofia, and M. M. Topik, "Perbedaan Efektivitas Media *Video* dan Leaflet terhadap Pengetahuan Santri Tentang Skabies," vol. 2, no. 07, pp. 1097–1105, 2022, doi: 10.36418/comserva.v2i07.420.
- [16]. N. A. E. Safura, S. B. Musthofa, and Z. Shaluhiah, "Comparison of the Influence of *Instagram Reels* and *TikTok* on Increasing Adolescents' Attitudes to the Dangers of Using *Fashion Braces*," *Interdiscip. Soc. Stud.*, vol. 4, no. 3, pp. 1–7, 2025, doi: 10.55324/iss.v4i3.879.

- [17]. D. Selvia, N. Aulia Septiani, N. Diana Putri Andini, N. Ramadhani, R. Nurizkiah, and D. Dolifah, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Ceramah terhadap Pengetahuan Siswa Mengenai Gangguan Konsentrasi," *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, p. 93, 2024, [Online]. Available: <http://ojs.uninus.ac.id/index.php/JPKM> DOI: <https://doi.org/10.30999/jpkm.v14i1.3153>
- [18]. Setiawati, A. Wijastuti, V. Andris, S. Bahrus, and N. Rohilah, "Pengaruh *Reels Instagram* Dakwah Terhadap Moderasi Beragama Peserta Didik Madrasah Tsanawiyah," *J. Pendidik. Indones. Vol.*, vol. 4, no. 3, pp. 167–186, 2023.
- [19]. E. S. Bahriah and A. A. Anzani, "Effectiveness of *Instagram Reels* Media in Chemistry Learning on Student Learning Motivation," *JCER (Journal Chem. Educ. Res.)*, vol. 9, no. 1, pp. 29–37, 2025, doi: 10.26740/jcer.v9n1.p29-37.
- [20]. S. Masyitah, R. Sari, H. Y. Saputra, M. Ilham, and M. Bako, "Motivasi Belajar *Mufradat* dengan Metode Ceramah (Studi Kasus Kelas IV di Sekolah Dasar Islam Terpadu)," *J. Pendidik. Tambusai*, vol. 9, no. 2, pp. 18731–18736, 2025.
- [21]. U. N. Zannah and N. Nurlaili, "The Student's Motivation of The Reel's *Instagram* Used by Teaching Speaking of The Eleventh Grade Student at SMA Negeri 2 Lubuk Pakam Academic Year 2022-2023," *J. Pendidik. Tambusai*, vol. 7, no. 3, p. 21340, 2023, [Online]. Available: <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/9882>
- [22]. S. Angelia, Z. Noor, D. Dwi Sanyoto, and E. Suhartono, "Analysis of the Effectiveness of Discussion and Demonstration Methods on the Knowledge, Attitude and Practice of Anaemia Prevention Measures among Young Women (Study in the working area of the Bukit Hindu Health Centre, Palangka Raya town)," *J. Ners*, vol. 8, no. 1, pp. 553–557, 2024, [Online]. Available: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/23372>