

PENGARUH MEDIA *V POCKET* DAN POSTER UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG ASUPAN FE SEBAGAI BENTUK PENCEGAHAN ANEMIA PADA KELOMPOK REMAJA PUTRI VEGETARIAN DI *INDONESIA VEGETARIAN SOCIETY (IVS) JAKARTA*

Ayu Wulandari

Abstrak

Penyebab utama dari anemia defisiensi zat besi adalah karena kurangnya asupan Fe (zat besi). Apabila seseorang kurang mengkonsumsi zat besi dan penyimpanan zat besi dalam tubuh tidak mencukupi hal tersebut dapat menyebabkan risiko anemia defisiensi zat besi. Hal yang dapat dilakukan adalah meningkatkan pengetahuan tentang asupan Fe dan anemia serta upaya pencegahan anemia melalui berbagai media. Salah satu media yang dapat digunakan adalah media poster dan media Aplikasi *V Pocket*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh media aplikasi "*V Pocket*" dan poster untuk meningkatkan pengetahuan tentang asupan Fe dan anemia dan tingkat upaya pencegahan anemia pada kelompok remaja putri vegetarian di Indonesia Vegetarian Society (IVS) Jakarta. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan sampel sebanyak 70 responden. Metode penelitian menggunakan eksperimen dengan *pre-post test two group design* dengan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah dan uji *Mann-Whitney* untuk melihat keefektifan media. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perlakuan dengan media aplikasi *V Pocket* lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan anemia dan asupan Fe serta Upaya pencegahan anemia dibandingkan dengan media poster. Saran untuk penelitian selanjutnya untuk menggunakan media aplikasi dan lebih menekankan materi mengenai bahan makanan yang menghambat dan membantu penyerapan Fe.

Kata Kunci : Vegetarian, Asupan Fe, Anemia, Remaja, Aplikasi

EFFECT OF MEDIA V POCKET AND POSTER TO IMPROVE KNOWLEDGE OF INTAKE FORM FE AS PREVENTION OF ANEMIA IN YOUNG WOMEN GROUP IN INDONESIA VEGETARIAN VEGETARIAN SOCIETY (IVS) JAKARTA

Ayu Wulandari

Abstract

The main cause of iron deficiency anemia is due to insufficient intake of Fe (iron). If a person consumes less iron and insufficient iron storage in the body, this can lead to the risk of iron deficiency anemia. What can be done is to increase knowledge about iron intake and anemia as well as efforts to prevent anemia through various media. One of the media that can be used is poster media and V Pocket Application media. The purpose of this study was to determine the effect of "V Pocket" application media and posters to increase knowledge about iron intake and anemia and the level of anemia prevention efforts in a group of young vegetarian girls in the Indonesian Vegetarian Society (IVS) Jakarta. This study used purposive sampling technique with a sample of 70 respondents. The research method used experimental with pre-post test two group design with Wilcoxon test to determine the difference before and after and Mann-Whitney test to see the effectiveness of the media. The results showed that treatment with V Pocket application media was more effective in increasing knowledge of anemia and iron intake and anemia prevention efforts compared to poster media. Suggestions for further research to use application media and emphasize more material about food ingredients that stagnate and help the absorption of Fe.

Key words: Vegetarian, Fe intake, Anemia, Adolescents, Applications