

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Istilah Latin “*adolescence*,” yang berarti “tumbuh menuju kedewasaan,” adalah asal nama “*adolescence*.” Istilah ini menggambarkan pertumbuhan lambat kedewasaan intelektual, psikologis, sosial, emosional, dan fisik. Hal ini menjelaskan mengapa perkembangan pribadi membutuhkan waktu. Sebaliknya, itu terjadi secara bertahap. (Munir, Sari and Hidayat, 2022) Masa antara bayi dan dewasa yang dikenal sebagai Masa remaja, yang mencapai puncaknya pada sekitar usia dua puluh tahun, ditandai dengan pertumbuhan pesat dan perubahan perkembangan. Remaja biasanya terus memilih gaya hidup sehat selama tahap ini, yang dipengaruhi oleh informasi yang mereka terima, tindakan orang-orang di lingkungan terdekat mereka, dan pengaruh teman, orang tua, dan guru (Astuti, Maretta and Wulandari, 2023)

Pertumbuhan yang lebih cepat dan peningkatan aktivitas fisik, Dibandingkan dengan kelompok usia lainnya, remaja membutuhkan lebih banyak zat besi, sehingga mereka paling rentan terhadap anemia. Remaja perempuan rentan terhadap anemia karena menstruasi dan pertumbuhan yang pesat. Selama menstruasi, remaja laki-laki kehilangan zat besi dua kali lebih banyak. Selain itu, banyak remaja perempuan membatasi porsi makan mereka dengan mengadopsi diet vegetarian karena mereka seringkali cukup minder tentang tubuh mereka (Hutasoit *et al.*, 2022)

2. Pembatasan Usia Remaja

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan remaja sebagai individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. Sementara itu, berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, mereka yang berusia antara 10 hingga 18 tahun diklasifikasikan sebagai remaja. (Novita Sari, 2020)

3. Ciri-Ciri Remaja

Sebagian besar remaja putri tidak suka mengonsumsi banyak buah dan sayuran di rumah. Akibatnya, asupan makanan mereka terutama terdiri dari

karbohidrat dan protein. Pendapatan keluarga, teman sebaya, dan Salah satu hal yang dapat memengaruhi kebiasaan makan seseorang adalah tingkat pemahaman mereka mengenai gizi. Keluarga yang memiliki sumber daya keuangan terbatas akan kurang memenuhi kebutuhan nutrisi yang beragam. Hal lain adalah bahwa remaja memiliki lebih banyak teman sebaya daripada keluarga, yang mengakibatkan perubahan gaya hidup, perilaku, dan pola makan. Banyak remaja perempuan membatasi porsi makan mereka dan makan dengan banyak tangan karena mereka sangat tidak percaya diri dengan tubuh mereka. Bagi anak-anak yang sedang tumbuh dan membutuhkan beragam makanan, ini tidak sehat (Astuti, Maretta and Wulandari, 2023)

4. Perkembangan Masa Remaja

Masa perubahan yang dapat mengarah pada kedewasaan yang sehat, masa remaja adalah tahapan penting dalam siklus hidup seseorang. Remaja menetapkan norma kesehatan orang dewasa. Remaja mungkin mengabaikan kesehatan mereka, yang dapat mengakibatkan episode kekurangan gizi, termasuk anemia, selama masa remaja mereka. Namun, remaja adalah sumber daya nasional yang berharga dan pewaris masa depan Indonesia (Novita Sari, 2020)

B. Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Mengetahui mengarah pada pengetahuan. Lima indra manusia rasa, penciuman, pendengaran, penglihatan, dan sentuhan digunakan untuk memperoleh pengetahuan. Pengetahuan kognitif memainkan peran penting dalam bentuk tindakan seseorang (perilaku terbuka). Pengetahuan menentukan perilakunya. Orang tua berpenghasilan tinggi dapat dengan mudah memenuhi kebutuhan dasar dan sekunder anak perempuan remaja mereka, dan sebaliknya; status keuangan keluarga memengaruhi jenis makanan yang mereka konsumsi. Konsumsi karbohidrat lebih dominan daripada protein, vitamin, dan mineral di rumah tangga tersebut (Novita Sari, 2020)

2. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan adalah salah satu komponen yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja. Remaja hanya makan cemilan atau makan di luar karena mereka tidak tahu. Salah satu cara motivasi intrinsik dapat muncul adalah pengetahuan.

(Marfuah and Pertiwi Dyah Kusudaryati, 2021)

Segala sesuatu yang berkaitan dengan aktivitas berpikir (otak) termasuk dalam ranah kognitif. Pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, dan penilaian adalah enam tingkatan yang membentuk komponen kognitif. Kemudian akan dibagi menjadi enam komponen (Ahmad Noviansah, 2020):

1) Pengetahuan (knowledge)

Kemampuan untuk mengingat atau mengenali nama, istilah, konsep, rumus, dan sebagainya tanpa mengantisipasi penggunaannya dikenal sebagai pengetahuan atau memori, dan ini merupakan tingkat berpikir terendah.

2) Pemahaman (comprehension)

Jika seorang siswa dapat menjelaskan sesuatu dengan kata-katanya sendiri atau memberikan penjelasan yang lebih mendalam, hal itu dianggap sebagai pemahamannya. Dibandingkan dengan menghafal atau mengingat kembali, pemahaman adalah tingkat pemikiran yang lebih tinggi.

3) Penerapan (application)

Ini adalah kemampuan untuk menerapkan atau memanfaatkan ide-ide luas, teknik, protokol, prinsip, rumus, teori, dan seterusnya dalam berbagai situasi.

4) Analisis (analysis)

Ini adalah kemampuan untuk memahami bagaimana komponen-komponen tersebut atau komponen berhubungan satu sama lain dan mengungkapkan atau menguraikan suatu situasi atau materi secara menyeluruh. Jenjang aplikasi berada di bawah jenjang analisis.

5) Sintesis (syntesis)

Proses memadukan komponen atau pola terstruktur atau penciptaan pola baru yang dikenal sebagai sintesis secara logistik dihasilkan oleh elemen-elemen.

6) Penilaian/evaluasi (evaluation)

Penilaian atau evaluasi mengacu pada kemampuan individu untuk menganalisis situasi, nilai, atau konsep; Misalnya, jika seseorang dihadapkan pada beberapa pilihan, mereka akan mampu memilih yang terbaik berdasarkan kriteria atau patokan mereka saat ini.

C. Konsumsi Sumber Zat Besi

1. Pengertian Zat Besi

Tubuh membutuhkan zat besi (Fe), suatu mikronutrien, terutama untuk produksi hemoglobin (Hb), yang penting untuk pembentukan darah. Hanya 1 mg zat besi, Hal ini sebanding dengan cara tubuh menyerap 10–20 mg zat besi dari makanan. Karena zat besi merupakan mineral yang dibutuhkan dalam jumlah kurang dari 100 mg per hari, zat ini dikategorikan sebagai mikronutrien. Tubuh orang dewasa mengandung tiga hingga lima gram zat besi. Rendahnya kadar zat besi dalam makanan dapat menyebabkan asupan zat besi yang tidak memadai, yang seiring waktu menyebabkan tubuh kehabisan cadangan zat besi dan memengaruhi produksi hemoglobin. (Muchtar and Effendy, 2023)

2. Fungsi Zat Besi

Zat besi meningkatkan energi, mempertahankan fokus tubuh, dan menjaga kehamilan yang sehat adalah beberapa fungsi penting yang dilakukan tubuh; Kekurangan zat besi dalam darah dapat mengganggu sejumlah fungsi vital lainnya. Mengonsumsi makanan yang kaya zat besi setiap hari sangat penting. Jika diabaikan, banyak penyakit yang bisa mengintai. (Arismawati *et al.*, 2022)

Untuk menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi bulanan, Anda membutuhkan zat besi. Berbagai fungsi pentingnya meliputi pemindahan elektron, mendukung aktivitas enzimatik di dalam sel, serta mengangkut oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh yang dimainkan zat besi dalam tubuh. (Putri and Fauzia, 2022)

3. Sumber Zat Besi

Disarankan untuk banyak mengonsumsi makanan yang kaya zat besi guna memenuhi kebutuhan harian Anda. Sebagai zat yang diperlukan baik untuk mencegah maupun mengobati anemia, zat besi sangatlah penting, serta untuk mendukung sistem kekebalan tubuh. Heme, yang berasal dari hemoglobin hewan, dan fosfolipid, yang juga berasal dari Makanan mengandung dua jenis zat besi: Zat besi heme berasal dari sumber hewani, sedangkan zat besi non-heme berasal dari tanaman. Tubuh menyerap zat besi dari sumber hewani dengan lebih mudah dibandingkan zat besi dari sumber nabati. Daging merah, jeroan, ikan dan makanan laut, sayuran hijau, tahu, dan kacang-kacangan hanyalah beberapa contoh makanan

yang mengandung zat besi, baik nabati maupun hewani. (Arismawati *et al.*, 2022)

4. Kebutuhan Zat Besi

Untuk memproduksi hemoglobin, salah satu komponen sel darah merah, tubuh membutuhkan zat besi. Protein yang membawa oksigen ke seluruh tubuh disebut hemoglobin. (Arismawati *et al.*, 2022)

Tabel 1. Kebutuhan Zat Besi Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Golongan (Tahun)	Umur	Zat Besi (Mg)
Laki-laki	13-15		11
	16-18		11
Perempuan	13-15		15
	16-18		15

Sumber : Angka Kecukupan Gizi (PERMENKES RI NO. 28 TAHUN 2019)

5. Kelebihan Zat Besi

Anemia, yang seringkali menyebabkan kelelahan, kekurangan zat besi bisa menjadi penyebabnya. Di sisi lain, Kelebihan zat besi dalam tubuh juga dapat membahayakan kesehatan. Selain itu, kelainan tersebut dapat menyebabkan komplikasi. Hemokromatosis adalah kemampuan menyerap zat besi dari makanan berkurang. Darah mengandung terlalu banyak zat besi dan dapat disimpan di beberapa organ penting seperti jantung, jantung, dan pankreas. Orang yang memiliki kelebihan zat besi di dalam darah dapat mengalami beberapa masalah kesehatan, seperti diabetes, penyakit hati, dan masalah jantung. Tubuh memerlukan zat besi untuk menjalankan beberapa fungsi, seperti memproduksi darah, tetapi terlalu banyak mineral dapat menjadi racun. Terganggunya hormon hepcidin, Kelebihan zat besi terjadi akibat tubuh menyerap lebih banyak zat besi. (Arismawati *et al.*, 2022)

6. Kekurangan Zat Besi

Zat besi diperlukan tubuh untuk memproduksi hemoglobin, yang merupakan komponen sel darah merah. Kondisi defisiensi terjadi akibat kekurangan zat besi. Kekurangan sel darah merah dapat disebabkan oleh masalah pada hemoglobin, yaitu protein yang membawa oksigen ke seluruh tubuh dengan cara mengurangi pasokan oksigen dalam darah, yang menyebabkan tubuh tidak menerima jumlah oksigen yang cukup. Hal ini dapat menyebabkan kelelahan, letih, dan bahkan sesak napas. Anemia defisiensi besi selama kehamilan dapat

memengaruhi perkembangan janin dan bayi baru lahir. Selain itu, kondisi ini meningkatkan risiko kematian ibu dan anak, kelahiran prematur, dan penyakit menular. Anemia defisiensi besi adalah jenis yang paling umum, mencakup hampir separuh dari seluruh kasus anemia. (Arismawati *et al.*, 2022)

D. Anemia

1. Pengertian Anemia

Ketika jumlah sel darah merah lebih sedikit daripada biasanya, kondisi tersebut disebut anemia. Sel darah merah mengandung suatu metaloprotein yang disebut hemoglobin (Hb), yang membawa oksigen dari paru-paru ke organ-organ tubuh. Anemia dapat terjadi akibat kekurangan hemoglobin dalam sel darah merah. Pria biasanya memiliki kadar hemoglobin antara 14 dan 16 g/dl, sedangkan wanita biasanya memiliki kadar antara 12 dan 15 g/dl. Terdapat tiga kategori kadar hemoglobin: Anemia dapat diklasifikasikan sebagai ringan (11–11,9 g/dL), sedang (8–10,9 g/dL), atau berat (kurang dari 8 g/dL. (Aprilianti and Sugesti, 2024)

2. Anemia Defisiensi Besi

Jenis anemia yang dikenal sebagai anemia defisiensi besi (IDA) disebabkan oleh kekurangan zat besi, yang menghambat produksi sel darah merah dan memengaruhi proses tubuh lainnya. Ini merupakan jenis anemia yang paling umum terjadi di dunia, terutama di negara-negara berkembang. Anemia memengaruhi lebih dari 30% penduduk dunia, dengan anemia defisiensi besi menyumbang lebih dari setengah dari kasus tersebut. Faktor-faktornya meliputi konsumsi protein hewani yang buruk, kapasitas ekonomi yang tidak memadai, dan infestasi parasit merupakan faktor-faktor yang meningkatkan prevalensi anemia akibat defisiensi di negara-negara berkembang. (Nurbadriyah, 2019)

3. Penyebab Anemia Pada Remaja Putri

Salah satu penyebab utama anemia adalah asupan zat besi yang tidak memadai, karena transfer zat besi mengalami keterlambatan, orang yang mengonsumsi makanan yang kekurangan berbagai nutrisi, termasuk protein, sering menderita kekurangan zat besi. Ikan, unggas, dan Sumber protein lain yang sangat baik adalah daging. Remaja perempuan lebih rentan terhadap anemia defisiensi besi dibandingkan remaja laki-laki karena mereka perlu mengonsumsi lebih banyak zat besi akibat fase pertumbuhan dan menstruasi. (Maharani, 2020)

Asupan dan penyerapan zat besi yang tidak memadai, seperti minum teh atau kopi saat makan, adalah Salah satu penyebab utama perempuan mengalami anemia defisiensi besi. Penyebab lainnya termasuk malaria atau penyakit parasit seperti cacingan (Anwar, Arifin and Aminarista, 2021)

Remaja dapat mengalami anemia akibat sejumlah faktor risiko, termasuk diet rendah kalori, pertumbuhan yang pesat, serta kurangnya asupan vitamin C atau zat besi, sering melewati makan, aktivitas fisik yang intens, dan kehilangan banyak darah selama menstruasi. (Yunita *et al.*, 2020)

4. Tanda dan Gejala Anemia

Kelemahan, kelelahan, energi rendah, kehilangan nafsu makan, penurunan konsentrasi, sakit kepala, penurunan daya tahan tubuh, dan gangguan penglihatan, terutama saat bangun dari posisi duduk, adalah tanda-tanda awal anemia. Pasien juga memiliki selaput lendir pucat di pipi, bibir, kuku, kelopak mata, dan telapak tangan. (Anwar, Arifin and Aminarista, 2021)

Penyebab umum gejala anemia meliputi Segala bentuk anemia melibatkan kondisi anoksia pada organ target serta mekanisme kompensasi tubuh sebagai respons terhadap penurunan kadar hemoglobin. Kelemahan, kelelahan, kelesuan, sakit kepala, rasa pening, dan gangguan penglihatan merupakan beberapa di antara gejala-gejala tersebut. Salah satu tanda utama anemia adalah pucat. Volume darah yang rendah, penurunan hemoglobin, dan vasokonstriksi arteri darah untuk memaksimalkan pasokan oksigen biasanya menjadi penyebabnya. Anemia dapat menyebabkan takikardia dan murmur jantung, yang merupakan tanda peningkatan curah jantung dan aktivitas fisik. Tanda-tanda anemia lainnya meliputi kelemahan, kelelahan, lesu, sakit kepala, pusing, dan penglihatan kabur. Anemia berat dapat menyebabkan lesu, disorientasi, dan Hasil akhirnya meliputi infark miokard, angina, aritmia, dan gagal jantung. (Novita Sari, 2020)

5. Dampak Anemia

Anemia gizi besi pada remaja menyebabkan kurangnya motivasi dan konsentrasi belajar, yang mengakibatkan penurunan produktivitas akademik. Pertumbuhan juga dapat terhambat oleh anemia defisiensi besi, yang menyebabkan berat badan kurang dan tinggi badan terhambat (*stunting*), Hal ini dapat menyebabkan sistem kekebalan tubuh terganggu dan kerentanan yang lebih tinggi

terhadap penyakit. Ditinjau dari perspektif siklus hidup, anemia defisiensi besi pada remaja dapat berdampak serius terhadap kehamilan dan persalinan, termasuk risiko bayi lahir dengan berat badan rendah. Anemia pada remaja juga dapat menimbulkan dampak merugikan lainnya, seperti terhambatnya perkembangan mental dan motorik serta rendahnya tingkat kecerdasan (IQ), serta gangguan kesehatan reproduksi, dan kinerja akademik yang lebih buruk. (Anwar, Arifin and Aminarista, 2021)

6. Pencegahan dan Penanggulangan Anemia

Untuk mencegah anemia, wanita muda yang menyadari kondisi tersebut biasanya mengonsumsi makanan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya. Hal ini disebabkan karena wanita muda lebih rentan mengalami anemia dibandingkan pria karena menstruasi dan keinginan untuk menjaga bentuk tubuh yang langsing, yang mengakibatkan pola makan mereka mengurangi porsi makan mereka, yang berdampak pada pemenuhan nutrisi yang kuantifikasi. (Novita Sari, 2020)

Karena kandungan zat besi yang padat dan asamnya, Mengonsumsi suplemen tablet zat besi dianggap sebagai cara terbaik untuk mengobati anemia. Program pemerintah memberikan tablet tambah darah kepada remaja selain ibu hamil. Ini dilakukan untuk mencegah anemia. Selain itu, Zat besi merupakan komponen darah, dan Penyerapan zat besi di dalam tubuh dipengaruhi oleh vitamin C, yang juga meningkatkan kemampuan sistem pencernaan untuk menyerap zat besi. (Aprilianti and Sugesti, 2024)

Menggunakan media untuk menyebarkan pengetahuan tentang anemia dan pentingnya mengonsumsi makanan sehat merupakan salah satu cara mencegah anemia pada remaja. Agar masyarakat dapat memahami penjelasan dengan melihat gambar, grafik, dan lain-lain, media edukasi digunakan untuk memperkenalkan atau menjelaskan semua hal yang dirangkum. (Astuti, Maretta and Wulandari, 2023)

E. Edukasi Gizi

Mengedukasi masyarakat dengan ide-ide baru tentang nutrisi. Membantu individu, keluarga, dan masyarakat luas dalam menerapkan pola makan dan kebiasaan gizi yang sehat, Mengubah pola makan sesuai dengan kebutuhan nutrisi

untuk akhirnya mencapai kondisi nutrisi yang sehat. (Elvira and Rizqiya, 2022)

Edukasi gizi adalah upaya berkelanjutan yang berfokus pada pola makan sehari-hari dan variabel yang dapat memengaruhinya untuk meningkatkan kesadaran akan gizi dan menumbuhkan sikap serta perilaku sehat. Selain edukasi formal, orang-orang penting, peristiwa kehidupan, budaya, media, lembaga edukasi, agama, dan unsur emosional yang berasal dari remaja putri semuanya memengaruhi sikap, dapat mempengaruhi sikap mereka. Selain itu, sikap tidak hanya dapat berubah karena edukasi gizi dan pengamatan orang lain, sikap juga dapat berubah karena perbandingan sosial. (Rusdi, Helmizar and Rahmy, 2021)

F. Video Animasi

1. Pengertian Video Animasi

Salah satu jenis konten audiovisual yang dapat menampilkan objek dan peristiwa dalam lingkungan dunia nyata adalah video. Para siswa lebih mampu memahami pelajaran tersebut dan lengkap berkat penggunaan media video. Mengajar remaja putri melalui video merupakan salah satu pendekatan untuk mengatasi kekurangan pengetahuan. Penggunaan video, khususnya dengan teknologi mutakhir seperti video animasi, merupakan salah satu inovasi dalam pengembangan media edukasi. Video animasi dengan visual yang menarik meningkatkan daya ingat peserta terhadap konten dan membuat mereka merasa senang. (Ramayanti *et al.*, 2023)

2. Keunggulan Video Animasi

Selain menjadi alat pembelajaran yang menarik, menyenangkan, dan interaktif, video animasi juga memiliki banyak keunggulan, seperti menjadi praktis, informatif, dan ekonomis. Salah satu keunggulan tambahan dari video animasi adalah kombinasi suara dengan gambar yang bergerak, yang memungkinkan pesan untuk divisualisasikan menjadi gerakan motorik, ekspresi wajah, dan suasana lingkungan tertentu. (Deviana *et al.*, 2023)

Salah satu keuntungan menggunakan media audio visual, seperti Saat digunakan sebagai sarana pengajaran, video membantu siswa memahami materi karena melibatkan indera penglihatan dan pendengaran mereka secara langsung. Remaja dapat belajar banyak dengan menonton video pembelajaran. Hal ini karena video bersifat berulang, menggunakan bahasa yang jelas, dan memiliki visual yang

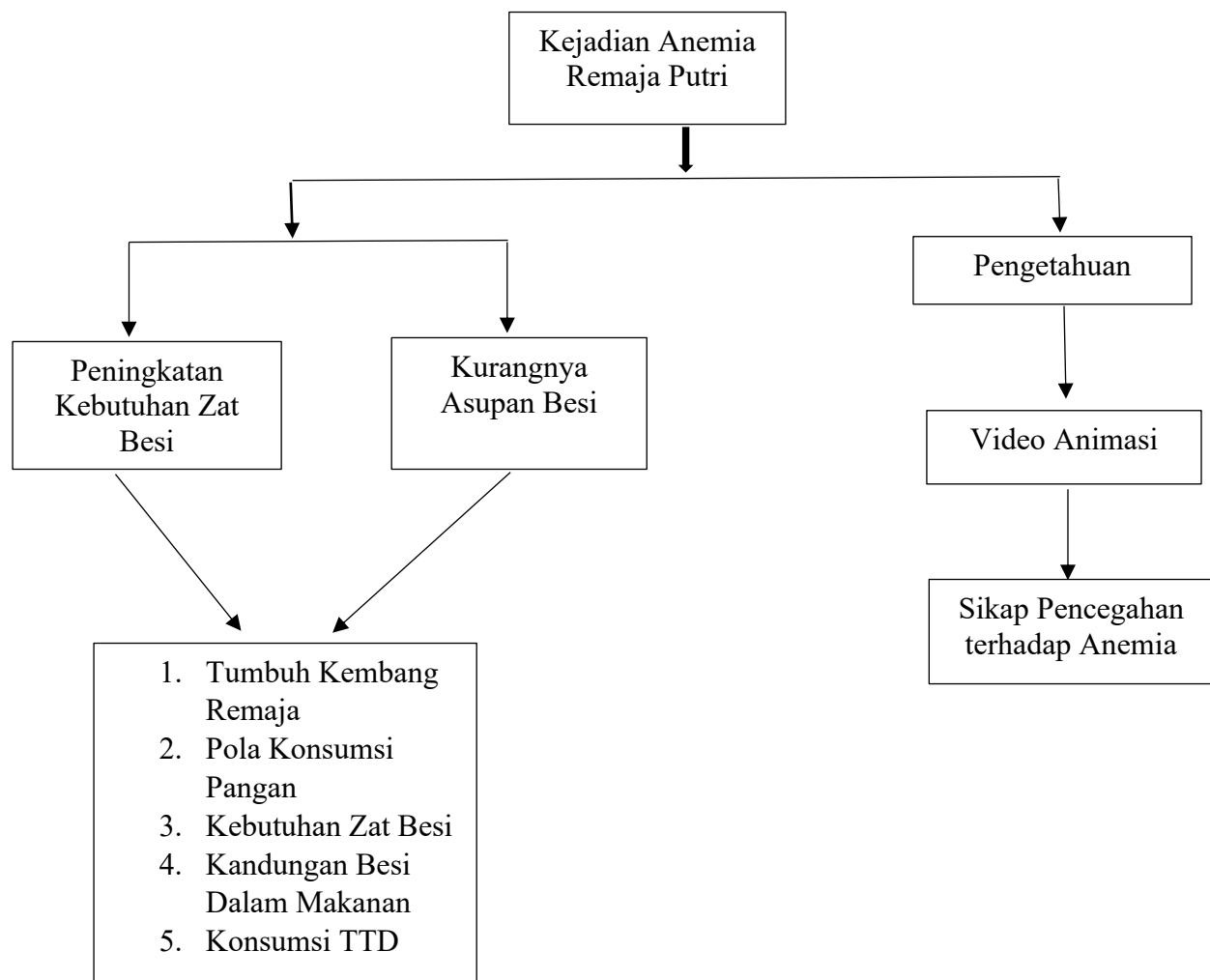
menarik. Akibatnya, remaja dapat lebih mudah memahami apa yang disampaikan. (Ramayanti *et al.*, 2023)

G. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu yang menyerupai penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Penelitian Taufik Jamaan, dkk. (2021) meneliti “Pengaruh Edukasi Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Anemia dan Tablet Fe.” Hasil Penelitian menunjukkan studi ini menemukan peningkatan yang signifikan dalam skor pengetahuan di antara para peserta. Sebelum intervensi, skor pengetahuan rata-rata adalah 60,43 (kategori sedang); setelah intervensi, skor tersebut meningkat menjadi 87,19 (kategori baik). Nilai p adalah 0,000, menunjukkan efek yang signifikan secara statistik dari intervensi Edukasi.
- Penelitian Wulan Febry Dwistika, dkk. (2023) meneliti “Pengaruh Edukasi Anemia Dengan Video Animasi Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Kadar Hemoglobin Remaja Putri di SMPN 17 Samarinda.” Berdasarkan temuan studi tersebut, kadar hemoglobin dan Pada kedua kelompok, penggunaan tablet zat besi meningkat secara drastis ($p=0,000$). Selain itu, tingkat kepatuhan lebih tinggi pada kelompok kontrol ($p=0,000$), meskipun kadar hemoglobin tidak menurun secara signifikan ($p=0,112$). Studi ini menyimpulkan bahwa animasi video lebih efektif daripada selebaran dalam meningkatkan kepatuhan dan kadar hemoglobin.

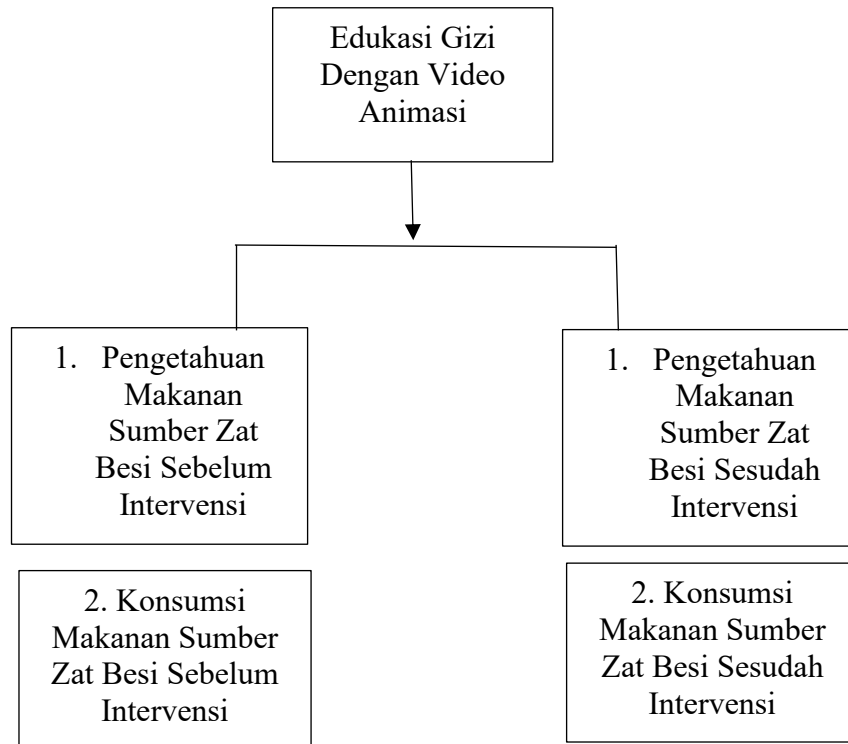
H. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

Sumber: Modifikasi (Teori L.Green 1980, Chairah 2012, Fikawati et,al 2017, PAHO, 2010; WHO, 2011)

I. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

J. Definisi Operasional

Tabel 2. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Edukasi Gizi Dengan Video Animasi	Penyuluhan gizi tentang makanan sumber zat besi yang disampaikan kepada Remaja putri siswi SMP N 4 Lubuk Pakam, menggunakan video animasi dengan durasi 5 menit yang selanjutnya di tonton ulang dirumah satu kali seminggu selama 3 minggu.	-	-	Nominal
2.	Pengetahuan Makanan Sumber Zat Besi	Adalah jumlah skor pengetahuan siswi tentang makanan sumber zat besi sebelum dan sesudah disampaikan video animasi, yang melalui 20 pertanyaan terkait dengan makanan sumber zat besi.	Kuesioner (Pre-test dan Post-test)	- Baik 76-100% - Cukup 56-76% - Kurang 56% (Arikunto)	Rasio
3.	Konsumsi Makanan Sumber Zat Besi	Jumlah skor keragaman pangan sumber zat besi yang diperoleh dengan metode semi FFQ.	Formulir Semi FFQ	Beragam jika skor >426 Tidak beragam jika skor <426	Rasio

K. Hipotesis

H_{a1} = Ada pengaruh edukasi gizi menggunakan video animasi terhadap pengetahuan makanan sumber zat besi remaja putri di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam.

H_{a2} = Ada pengaruh edukasi gizi menggunakan video animasi terhadap konsumsi makanan sumber zat besi pada remaja putri di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam.