

**PENGARUH EDUKASI VIDEO ANIMASI TENTANG KESEHATAN  
REPRODUKSI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA  
DI ASRAMA PEMADAM JAKARTA PUSAT**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Oleh :**

**NIMA SETYANING TYASTUTI**

**NIM**

**AB212102**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA 2023**

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2023

**Nima Setyaning Tyastuti<sup>1</sup>, Yunia Renny\*, Retno Wulandari<sup>3</sup>**  
E-mail : [tyastuti24@gmail.com](mailto:tyastuti24@gmail.com)

**Pengaruh Edukasi Video Animasi Tentang Kesehatan Reproduksi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Di Asrama Pemadam Jakarta Pusat**

Abstrak

Remaja Indonesia masih minim pengetahuan tentang masalah kesehatan reproduksi. Hal ini ditunjukkan dengan fakta bahwa saat ini 55% pria merokok dan 37% mengonsumsi minuman beralkohol. Selain itu masa remaja merupakan masa mobilitas sosial yang signifikan, yang membuka kemungkinan terpapar berbagai perubahan sosial, budaya serta perubahan fisik dan psikologis, sehingga menjadi kelompok risiko penularan HIV/AIDS. Akibatnya, para remaja ini sangat rentan terhadap berbagai infeksi menular, termasuk HIV/AIDS. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menganalisis pengaruh *video animasi* tentang kesehatan reproduksi terhadap tingkat pengetahuan remaja di Asrama Pemadam Jakarta Pusat.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan metode penelitian *Pre Experiment* menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja yang tinggal di Asrama Pemadam Jakarta Pusat. Teknik sampling yang dilakukan dalam penelitian ini dilakukan dengan *total sampling* teknik pengambilan sampel ini setiap anggota atau unit dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel. Responden dalam penelitian ini berjumlah 37 responden. Teknik analisa data yang digunakan terdiri dari analisa univariat dan analisa bivariate.

Hasil uji *Paired T-Test* diperoleh nilai p-value pada tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi sebesar 0,000 (<0,05). Maka terdapat pengaruh pengetahuan remaja sebelum dan sesudah perlakuan. Hal ini menunjukkan bahwa *video animasi* tentang kesehatan reproduksi berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan remaja.

**Kata Kunci:** *Video animasi*, kesehatan reproduksi, tingkat pengetahuan

**Daftar Pustaka:** 52 (2012-2021)

MIDWIFERY STUDY PROGRAM UNDERGRADUATE PROGRAM  
KUSUMA HUSADA UNIVERSITY SURAKARTA  
2023

*Nima Setyaning Tyastuti<sup>1</sup>, Yunia Renny\*, Retno Wulandari<sup>3</sup>*  
E-mail : [tyastuti24@gmail.com](mailto:tyastuti24@gmail.com)

***The Influence of Animated Video Education on Reproductive Health on  
the Knowledge Level of Adolescents in Central Jakarta Firefighters  
Dormitory***

*Abstract*

*Indonesian adolescents still lack knowledge about reproductive health issues. This is shown by the fact that currently 55% of men smoke and 37% consume alcoholic beverages. In addition, adolescence is a period of significant social mobility, which opens the possibility of exposure to various social, cultural and physical and psychological changes, so that it becomes a risk group for HIV/AIDS transmission. As a result, these adolescents are very vulnerable to various infectious infections, including HIV/AIDS. The purpose of this research is to analyze the effect of an animated video about reproductive health on the level of knowledge of adolescents at the Central Jakarta Fire Assortment Dormitory.*

*This research is a quantitative research, with the Pre Experiment research method using a one group pretest-posttest design. The population in this study are teenagers who live in Central Jakarta Firefighters Dormitory. The sampling technique used in this study was carried out using total sampling. In this sampling technique, each member or unit of the population has the same opportunity to be selected as a sample. Respondents in this study amounted to 37 respondents. The data analysis technique used consisted of univariate analysis and bivariate analysis.*

*The results of the Paired T-Test obtained a p-value at the level of adolescent knowledge about reproductive health of 0.000 (<0.05). Then there is the influence of adolescent knowledge before and after treatment. This shows that animated videos about reproductive health affect the level of knowledge of adolescents.*

**Keywords:** *Animated video, reproductive health, knowledge level*

**Bibliography:** *52 (2012-2021)*

## PENDAHULUAN

Tahun 2020 dan 2030 diperkirakan Indonesia akan menerima dorongan demografis. Dalam situasi ini, populasi usia produktif, atau remaja, jauh lebih besar daripada populasi anak-anak, tetapi proporsi lansia masih kecil. Laporan *Demography Institute* Februari UI Juni 2017, remajalah yang paling diuntungkan dari bonus demografi jika mereka berkembang menjadi sumber daya manusia yang berkualitas, sedangkan sebaliknya juga benar (Lembaga Demografi Feb UI Juni 2017).

Mappiare mengatakan bahwa wanita melewati masa remaja antara usia 12 dan 21 dan pria melewatinya antara usia 13 dan 22. Remaja berasal dari bahasa Latin *adolescere*, yang berarti "tumbuh untuk mencapai kedewasaan" dalam bahasa asli remaja. Istilah "remaja" sebenarnya meliputi kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik dalam E. Suprayitno et al (2020).

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) KRR 2017 mengungkapkan bahwa remaja Indonesia masih minim pengetahuan tentang masalah kesehatan reproduksi. Hal ini ditunjukkan dengan fakta bahwa saat ini 55% pria merokok dan 37% mengonsumsi minuman beralkohol. Selain itu masa remaja merupakan masa mobilitas sosial yang signifikan, yang membuka kemungkinan terpapar berbagai perubahan sosial, budaya serta perubahan fisik dan psikologis, sehingga menjadi kelompok risiko penularan HIV/AIDS. Akibatnya, para remaja ini sangat rentan terhadap berbagai infeksi menular, termasuk HIV/AIDS. Ketiadaan pemahaman tentang HIV/AIDS menjadi penyebab utama (Ariyanti, 2020). Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa anak-

anak dan masa dewasa. Pada masa ini, kebanyakan kalangan muda cenderung mengikuti apa yang teman-teman mereka lakukan dan memiliki tingkat keingintahuan yang tinggi untuk mencoba-coba atau mengikuti trend/gaya hidup. Berdasarkan data dari kominfo 2021 menjelaskan bahwa penggunaan narkoba berada di kalangan anak muda berusia 15-35 tahun dengan persentase sebanyak 82,4% berstatus sebagai pemakai, sedangkan 47,1% berperan sebagai pengedar, dan 31,4% sebagai kurir.

Remaja yang memasuki masa remaja, yang dimulai dengan kematangan seksual, akan dihadapkan pada keadaan yang membutuhkan penyesuaian untuk menerima perubahan yang terjadi. Menstruasi pada wanita dan mimpi basah pada pria menandai awal dari kematangan seksual. 75% remaja putri mencari perhatian medis selama tahun pertama menstruasi, saat wanita sangat rentan terhadap gangguan menstruasi. Sebaliknya, kecemasan dan kebingungan yang berlebihan dalam mengungkapkan masalah disebabkan oleh ketidaktahuan laki-laki, ketidaksiapan untuk mimpi basah pertama, dan kurangnya kedekatan dengan orang tua (Irawan, E., 2016). Kehidupan dan kesehatan mental remaja sangat dipengaruhi oleh perubahan kematangan seksual. Oleh karena itu, remaja perlu mendapatkan informasi yang akurat dan relevan tentang kesehatan reproduksinya sehingga mereka dapat belajar bagaimana berperilaku sehat selama menjalani proses fisik. Pendewasaan dan menjadi dewasa sehat yang panjang umur dan bahagia. "Setiap remaja berhak mendapatkan akses dan informasi tentang kesehatan reproduksi dalam bentuk pendidikan seks," demikian pernyataan pemenuhan hak reproduksi remaja yang

dibuat di ICPD- (Konferensi Internasional Kependudukan dan Pembangunan di Kairo, Mesir, 1994). Dengan pemahaman yang cukup tentang kesehatan reproduksi, sejumlah masalah yang mempengaruhi kesehatan reproduksi yang muncul selama proses transisi dapat diminimalkan. Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) mengajarkan remaja tentang anatomi dan fisiologi reproduksi, pertumbuhan dan perkembangan janin, serta berbagai masalah kesehatan reproduksi dan cara penanganannya. Penyuluhan, bimbingan, atau konseling adalah semua cara untuk melaksanakan pendidikan KRR.

Pembentukan Program Generasi Perencanaan (GenRe) yang bertujuan agar generasi muda dapat merencanakan karir dan pernikahan sesuai dengan siklus kesehatan remaja, merupakan salah satu upaya pemerintah untuk mengatasi masalah KRR (Mustari, R., dan Indriyana, 2018). Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan remaja perlu mengetahui tentang kesehatan reproduksinya agar dapat mengenal tubuh dan organ reproduksi mereka, memahami dengan benar bagaimana organ reproduksi mereka bekerja dan berkembang, memahami perubahan fisik dan mental yang mereka alami, dan melindungi diri dari berbagai risiko kesehatan dan keamanan, merencanakan masa depan yang bahagia dan sehat, serta memupuk sikap dan tindakan yang bertanggung jawab mengenai reproduksi. Menurut Fitriani (2020), peningkatan pengetahuan dan sikap individu yang diterapkan dalam perilaku sehari-hari merupakan indikator keberhasilan proses pendidikan (Trisetiyaningsih dkk, 2020)

Video merupakan salah satu jenis media pendidikan kesehatan yang dapat digunakan karena menyampaikan informasi dengan cara yang lebih mudah dipahami dan

menggunakan bahasa yang lugas. Untuk menciptakan kondisi yang diperlukan bagi siswa untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan, video berfungsi sebagai media perantara. Yang isinya diserap melalui penglihatan dan pendengaran. Menurut Saban (2017), konten video disajikan dalam bentuk efek gambar bergerak, disertai narasi dan suara yang menawan, untuk memberikan kesan yang lebih otentik.

Menurut penelitian Gunawan (2016), media video lebih efektif daripada media flip chart untuk meningkatkan pengetahuan pendidikan kesehatan gigi. Menurut Kantohe, Wowor, dan Gunawan (2016), remaja yang mendapatkan pendidikan kesehatan melalui media pembelajaran seperti video akan lebih mampu untuk memahaminya karena media video (juga dikenal sebagai media visual) adalah jenis media yang memungkinkan remaja untuk memperoleh pengetahuan secara efektif melalui penglihatan dan pendengaran.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Asrama Pemadam Jakarta Pusat dari 8 remaja yang diwawacarai diberikan 5 pertanyaan mengenai Tiga Ancaman Dasar Kesehatan Reproduksi Remaja (Triad KRR). Pertanyaannya antara lain : pengertian seksual, dampak dari seks yang menyimpang, pengertian napza, pengertian HIV/AIDS dan dampak dari HIV/AIDS serta napza. Di dapatkan hasil bahwa 4 dari 8 orang kurang mendapatkan informasi mengenai seksualitas, HIV/AIDS dan Napza baik di sekolah atau pun di rumah.

## **METODE PENELITIAN**

*Pre-experimental* dengan *one group pre-test post-test design* digunakan dalam penelitian ini, khususnya desain penelitian menggunakan kelompok eksperimen, dimana kelompok dimulai dengan *pre-test* dan diakhiri dengan *post-test*.

Studi ini hanya melihat hasil perlakuan

pada satu kelompok objek tanpa ada kelompok pembanding maupun kelompok kontrol. Pada penelitian ini terdapat pretest sebelum diberikan perlakuan, kemudian akan diberikan posttest setelah adanya perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui dengan akurat karena kita dapat membandingkan hasil sebelum dan sesudah perlakuan.

Handayani (2020) mendefinisikan istilah “populasi” sebagai keseluruhan dari setiap unsur yang akan dipelajari yang mempunyai ciri-ciri yang sama. Ini bisa berupa individu dari kelompok, peristiwa, atau sesuatu yang akan dipelajari. Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai maka populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja di Asrama Pemadam Jakarta Pusat yang berjumlah 37 orang.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (Umur) Pada Remaja Terhadap Kesehatan Reproduksi**

Karakteristik responden		
Variabel	Frekuensi (n = 37)	Persentase
Umur Responden		
12-15 tahun	10	27,0
15-18 tahun	23	62,2
18-21 tahun	4	10,8
Total	37	100

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan hasil bahwa remaja di Asrama Pemadam Jakarta Pusat tahun 2023 sebagian besar responden (66,2%) berumur antara 15-18 tahun.

**Tabel 4.2 Tingkat Pengetahuan Remaja Sebelum (*Pre-Test*) dan Sesudah (*Post-Test*) Diberikan Edukasi Video Tentang Kesehatan Reproduksi**

Pengetahuan	Kelompok			
	Sebelum		Sesudah	
	F	%	f	%
<b>Baik</b>	1	2,8	35	94,6
<b>Cukup</b>	16	43,25	2	5,4
<b>Kurang</b>	20	54	0	0
<b>Jumlah</b>	37	100	37	100

Berdasarkan tabel 4.2 Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan mayoritas pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi sebelum diberikan pendidikan Kesehatan melalui video yaitu kurang sebanyak 20 responden (54%). Pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi sesudah diberikan pendidikan Kesehatan mayoritas adalah baik sebanyak 35 responden (94.6%)

### 4.3

#### Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

	Statistic	Df	Sig.
Pre Test	.540	36	<.001
Post Test	.412	36	<.001

Berdasarkan tabel 4.3 di dapatkan bahwa hasil uji normalitas menggunakan SPSS dengan uji *Shapiro-Wilk* diperoleh hasil nilai signifikan sebesar <.001. Nilai signifikan < 0.05, maka dapat dinyatakan bahwa data tidak terdistribusi normal.

**Tabel 4.3 Pengaruh Edukasi Video Animasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi**

Variabel	N	Mean	Beda Mean	Z	P-Value
<b>Pengetahuan</b>					
Sebelum	37	5,51	3,41	-5,333	0,000
Sesudah	37	8,92			

Berdasarkan tabel 4.3, terdapat pengaruh edukasi video animasi kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan pada remaja hal ini dibuktikan dengan *p-value* 0,000 < 0,05. Pengetahuan sebelum dan sesudah dengan beda mean 3,41 yang berarti ada pengaruh edukasi video animasi tentang kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan remaja di Asrama Pemadam Jakarta Pusat.



## PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Hasil distribusi frekuensi karakteristik responden yang berjumlah 37 responden berumur 12-21 tahun dan sebagian besar responden (62,2%) berumur antara 15-18 tahun. Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan media video animasi didapatkan rata-rata pengetahuan sebelum dilakukan intervensi sebesar 5,51 dan setelah dilakukan intervensi meningkat menjadi 8,92, maka terjadi peningkatan sebesar 3,41.

### Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Skor Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Berdasarkan analisa data sebelum diberi perlakuan dengan pemberian *video animasi* diketahui bahwa kategori dengan pengetahuan kurang sebanyak 20 responden (54%), pengetahuan cukup sebanyak 16 responden (43,25%) dan pengetahuan baik sebanyak 1 responden (2,8%). Dapat dilihat bahwa sebelum perlakuan tingkat pengetahuan remaja masih terdapat pengetahuan yang kurang.

Sedangkan analisa data pengetahuan sesudah perlakuan dengan pengetahuan cukup sebanyak 2 responden (5,4%) dan pengetahuan baik sebanyak 35 responden (94,6%). Dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan tingkat pengetahuan setelah dilakukan pemberian *video animasi* sebagai perlakuan.

Adanya pengaruh ini menunjukkan bahwa dengan pemberian *video animasi* mampu meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi. Dengan kata lain dapat dinyatakan bahwa *video animasi* ini termasuk salah satu media yang dapat meningkatkan tingkat pengetahuan.

### Pengaruh Edukasi Video terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja

Hasil analisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* diperoleh nilai  $p=0,000$  lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  yang berarti edukasi melalui video animasi kesehatan reproduksi mempengaruhi pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di Asrama Pemadam Jakarta. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Gunawan (2016), media video lebih efektif daripada media flip chart untuk meningkatkan pengetahuan pendidikan kesehatan

## KESIMPULAN

Berikut dapat ditarik kesimpulan dari kajian dampak pendidikan video animasi kesehatan reproduksi terhadap pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi di Asrama Pemadam Kebakaran Jakarta:

1. Distribusi frekuensi karakteristik umur remaja di Asrama Pemadam Kebakaran Jakarta mayoritas responden (62,2%) berusia 15-18 tahun.
2. Pengetahuan responden sebelum dan sesudah perlakuan mengalami peningkatan yaitu saat *pretest* pengetahuan kurang sebanyak 20 responden (54%) dan pengetahuan cukup sebanyak 16 responden (43,25%) meningkat pada saat *posttest* menjadi pengetahuan cukup sebanyak 2 responden (5,4%) dan pengetahuan baik sebanyak 35 responden (94,6%).
3. Video edukasi kesehatan reproduksi berdampak pada pengetahuan remaja di Asrama Pemadam Kebakaran Jakarta.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus, R. 2013. *Kapita Selekta Kuesiner Hidayat, S. S. dkk. (2015). Panduan Penulisan Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- AH Sanaky, H. (2013). *Media Pembelajaran Interaktif-Inovatif*. Yogyakarta: Kaukaban Dipantara.
- Ahyani, L. N. & Kumalasari. F (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Kantohe, Z. R., Wowor, V. N., & Gunawan, P. N. (2016). Perbandingan efektifitas pendidikan kesehatan gigi menggunakan media video dan flip chart terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan gigi dan mulut anak. *Jurnal e-Gi (eG)*,4(2), 96-101.
- Arief S. Sadiman, et al. (2007). *Media Pendidikan*, Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Arikunto, 2018. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Brief Notes Lembaga Demografi Feb Ui. (2017). Retrieved From [https://doi.org/2656-5129](http://Ldfebui.Org/Wp-Content/Uploads/2017/08/Bn-06-Daryanto. (2012). Evaluasi Pendidikan. Jakarta : PT. RINEKA CIPTA. Deborah Siregar, M. P. (2020). Keperawatan Keluarga. Yogyakarta: Yayasan KitaMenulis.</a></p><p>Echdar, Saban. (2017). <i>Metode penelitian manajemen dan bisnis</i>. Bogor.Cetakan I. Penerbit Ghalia Indonesia.</p><p>Fitriani, F. (2020). Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus. Vol 10 No 19 (2020): <i>Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan</i>, 10(19). <a href=)
- Hardani.2020. *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta:CV.Pustaka Ilmu
- Herlina. (2013). *Mengatasi masalah anak dan remaja*. Bandung: Pustaka CendekiaUtama.
- Irawan,E. (2016).*Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi di Desa Kertajaya*. *Jurnal Keperawatan BSI* , 4 (1).
- Kustandi dan Sutjipto. 2013. *Media Pembelajaran; Manual dan Digital*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Mustari, R., & Indriyana, I. (2018). *Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Dusun Pallantikang Desa Bontoramba Kecamatan Bontoramba Kabupaten Jeneponto Tahun 2017*. *Media Bidan*, 3(2), 78-86.
- Notoadmojo, Soekidjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2017. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: RinekaCipta.
- Nursalam. (2017).*Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. (P. P. Lestari, Ed.) (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Purwoastuti, E dan Walyani, E S. (2014). *Kesehatan Reproduksi dan KeluargaBerencana*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Rima Wati, Ega. (2016). *Ragam Media Pembelajaran*. Yogyakarta: KataPena

- Rusman.(2012). Model – Model Pembelajaran. Depok : PTRajagrafindo Persada
- Sandu. 2013. Buku Ajar Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: NuhaMedika
- Sebayang, Wellina., Gultom, D.Y., & Sidabutar, E. R. 2018.Perilaku Seksual Remaja. Jakarta: Deepublish
- Subaris, Heru. 2016. Promosi Kesehatan, Pemberdayaan Masyarakat,dan Norma Sosial. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.CV
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta, CV.
- Suprayitno, E, & Wahid, A. (2019). Pendampingan Tentang Penyakit Hipertensi Dan Perawatan Keluarga Dengan Hipertensi. Seminar Nasional Hasil Pengabdian ..., 104–106. <http://proceeding.uim.ac.id/index.php/senias/article/view/299>
- Suprayitno, E. et al. (2020) ‘Pengetahuan dan Sikap Masyarakat dalam Pencegahan COVID-19’, Journal of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan), 5(2)
- Suprayitno, Emdat, and Nailly Huzaimah. 2020. “Pendampingan Lansia Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi.” SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan 4(1):518.
- Yuliana, Erlin. Skripsi, Analisis Pengetahuan Siswa Tentang Makanan Yang Sehat Dan Bergizi Terhadap Pemilihan Jajanan Di Sekolah, 2017
- Yuliandra, R., Nuhroho, R. A., & Gumantan, A. (2020). The Effect of Circuit Training Method on Leg Muscle Explosive Power. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation, 9(3), 157–161. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>
- Yunarsih Y, Antono SD. Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas VII SMPN 6 Kediri.J Ilmu Kesehat. 2017;3(1):25.



Yogyakarta : PUSTAKA  
BARU PRESS.

WHO. 2017. *Monitoring Health For  
The Sustainable Development  
Goals* (Vol. 202). Prancis : World  
Health Organization.