

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN BOOKLET TERHADAP
PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DI SMA NEGERI 1
BANYUKE HULU**

***THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION USING BOOKLETS ON FEMALE
ADOLESCENTS' KNOWLEDGE ABOUT ANEMIA
AT SMA NEGERI 1 BANYUKE HULU***

Info Artikel Diterima:10 Juni 2025 Direvisi:15 Juni 2025 Disetujui:29 Juni 2025

Putri Tiara Angelina¹, Zesika Intan Navelia², Siti Fadhilah³
^{1,2,3} Sekolah Ilmu Tinggi Kesehatan Guna Bangsa Yogyakarta, Jawa Tengah, Indonesia
(e-mail korespondensi penulis: putritiaraangelina@gmail.com)

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia merupakan kondisi ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di bawah normal. Menurut profil Kementerian Kesehatan RI, Anemia merupakan masalah kesehatan yang paling sering dijumpai di seluruh dunia terutama di negara berkembang. Remaja putri mempunyai risiko yang lebih tinggi terkena anemia. Status anemia pada remaja juga berhubungan dengan tingkat pengetahuan. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia adalah dengan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan dengan Booklet untuk mengetahui adanya pengaruh pendidikan kesehatan dengan Booklet tentang anemia terhadap pengetahuan Remaja Putri di SMA Negeri 1 Banyuke Hulu.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode Quasi eksperimen dengan rancangan pretest-posttest desing with control group pada dua kelompok. Jumlah sampel sebanyak 60 responden dengan metode Simple Random Sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, analisis data yang digunakan adalah uji Paired T Test.

Hasil: Uji statistik didapatkan hasil ada perbedaan nilai rata-rata hasil pengetahuan siswa untuk Pretest dan Posttest. Nilai mean posttest dengan edukasi media Booklet sebesar 87,33, selain itu nilai mean posttest pada media ceramah sebesar 69,66. kelompok siswa yang diberikan penyuluhan Media Booklet sehingga terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dilakukan (pretest) penyuluhan Media Booklet dan setelah dilakukan (posttest) penyuluhan Media Booklet terhadap pengetahuan remaja putri tentang anemia yang artinya Ada pengaruh pemberian Pendidikan Kesehatan dengan Booklet terhadap peningkatan pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia di SMAN 1 Banyuke Hulu..

Kesimpulan: hasil p-value sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan Ada pengaruh pemberian Pendidikan Kesehatan dengan Booklet terhadap peningkatan pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia di SMAN 1 Banyuke Hulu..

Kata Kunci : Remaja, Anemia, Pengetahuan, Booklet

ABSTRACT

Background: Anemia refers to a condition where the number of red blood cells or the concentration of hemoglobin is below normal. According to the profile of the Ministry of Health of the Republic of Indonesia, anemia is the most commonly encountered health problem worldwide, particularly in developing countries. Female adolescents are at a higher risk of developing anemia. The anemia status among adolescents is also associated with their level of knowledge. One method to improve female adolescents' knowledge about anemia is through health education in the form of counseling using booklets, aimed at determining the effect of health education with booklets on the knowledge of female adolescents about anemia at SMA Negeri 1 Banyuke Hulu.

Method: This study used a quasi-experimental method with a pretest- posttest design with a control group applied to two groups. The total sample consisted of 60 respondents selected using the simple random

sampling method. Data were collected using a questionnaire, and the data were analyzed using the paired t-test.

Results: *The statistical test showed a difference in the average knowledge scores of students between the pretest and posttest. The mean posttest score in the group receiving health education using booklet media was 87.33, while the mean posttest score in the group receiving lecture-based education was 69.66. The group of students who received counselling through booklet media showed a significant difference between the pretest and posttest scores, indicating a significant effect of booklet-based health education on female adolescents' knowledge about anemia. This implies that health education using booklets had an effect on increasing the knowledge of female adolescents about anemia at SMAN 1 Banyuke Hulu..*

Conclusion: *The p-value of 0.000 < 0.05 indicates that health education using booklets has a significant effect on increasing the knowledge of female adolescents about anemia at SMAN 1 Banyuke Hulu..*

Key words: *Adolescents, Anemia, Knowledge, Booklet*

PENDAHULUAN

Di Indonesia, anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling sering dijumpai, khususnya pada perempuan. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi anemia di Indonesia sebesar 16,2%, dengan prevalensi pada perempuan sebesar 18%, lebih tinggi dibandingkan laki-laki (14,4%) (Kemenkes RI, 2023). Data WHO tahun 2019 mencatat bahwa Indonesia memiliki prevalensi anemia sebesar 31,2%, menjadikannya salah satu dari 10 negara dengan angka anemia tertinggi di Asia Tenggara. Di Provinsi Kalimantan Barat, prevalensi anemia pada remaja putri tahun 2017 mencapai 18,3%, meningkat menjadi 23,8% pada tahun 2018. Sementara itu, di Kota Pontianak, angka kejadian anemia pada remaja putri tahun 2019 mencapai 16,4% (1).

Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Landak, di wilayah kerja Puskesmas Ngabang khususnya di SMA Negeri 1 Banyuke Hulu jumlah kasus anemia pada remaja putri menunjukkan peningkatan yang signifikan. Pada tahun 2023, tercatat 161 siswi (29,22%) mengalami anemia, terdiri dari 98 siswi dengan anemia ringan dan 63 siswi dengan anemia sedang. Meskipun jumlah kasus menurun pada tahun 2024 menjadi 151 orang, prevalensinya justru meningkat menjadi 42,54%, dengan rincian 91 siswi anemia ringan dan 60 siswi anemia sedang (Dinkes Kabupaten Landak, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian serius, terutama di kalangan remaja putri.

Remaja putri memiliki risiko lebih tinggi terkena anemia dibandingkan remaja putra,

terutama bagi yang sudah mengalami menstruasi. Hal ini diperparah oleh kebiasaan diet berlebihan untuk menjaga berat badan ideal, yang menyebabkan asupan zat gizi penting, seperti zat besi, menjadi tidak mencukupi (2). Gejala anemia antara lain lemah, lesu, pusing, mata berkunang-kunang, hingga gangguan kognitif, yang disebabkan oleh penurunan kemampuan darah dalam mengangkut oksigen. Kondisi ini berdampak pada penurunan semangat belajar, prestasi akademik, dan daya tahan tubuh.

Faktor risiko terjadinya anemia pada remaja mencakup kurangnya pengetahuan, minimnya dukungan keluarga, dan kurangnya peran petugas kesehatan dalam edukasi atau penyuluhan (Rusdi, 2021). Pemerintah telah berupaya menanggulangi anemia melalui program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sejak tahun 2014, yang diatur dalam Permenkes No. 88 Tahun 2014 dan Surat Edaran No. HK.03.03/V/0595/2016. TTD yang diberikan secara rutin mengandung 60 mg zat besi elemental dan 0,4 mg asam folat, diminum satu tablet per minggu (3).

Namun demikian, efektivitas program TTD sangat bergantung pada tingkat pengetahuan remaja mengenai anemia. Pengetahuan yang rendah akan menyebabkan kurangnya kesadaran terhadap pentingnya pencegahan dan penanganan anemia. Oleh karena itu, edukasi kesehatan menjadi penting untuk meningkatkan pengetahuan remaja, khususnya melalui penyuluhan. Salah satu media edukatif yang efektif adalah booklet, yaitu media cetak berbentuk buku kecil yang berisi informasi singkat, padat, dan menarik mengenai suatu topik. Booklet mudah dibawa, mudah dipahami, dan dapat membantu meningkatkan

minat belajar remaja.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan booklet efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Salah satunya oleh (4), yang menemukan peningkatan signifikan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi melalui media booklet. Berdasarkan studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Banyuke Hulu, meskipun telah tersedia program TTD dari puskesmas, belum pernah dilakukan penyuluhan menggunakan media booklet. Dari 10 siswi yang diwawancarai, 7 di antaranya tidak mengetahui definisi anemia, gejala, maupun dampaknya. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Booklet terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia di SMA Negeri 1 Banyuke Hulu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah diuji dan dinyatakan layak etik oleh KEPK STIKES Guna Bangsa Yogyakarta berdasarkan surat keterangan layak etik 042/KEPK/II/2025. Penelitian ini menggunakan metode Quasi eksperimen dengan rancangan pretest-posttest desing with control group pada dua kelompok. Jumlah sampel sebanyak 60 responden dengan metode Simple Random Sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, analisis data yang digunakan adalah uji Paired T Test.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Berdasarkan Usia Responden

Karakteristik responden	F (Frekuensi)	% (Persen)
Umur		
16 Tahun	17	28,3%
17 Tahun	20	33,3%
18 Tahun	12	20%
19 Tahun	10	16,7%
20 Tahun	1	1,7%
Total	60	100,0%

Berdasarkan tabel 1. Didapatkan hasil

karakteristik responden meliputi usia didapatkan kategori usia 16 tahun yaitu sebanyak 17 responden (28,3%), kategori usia 17 tahun sebanyak 20 responden (33,3%), kategori usia 18 tahun sebanyak 12 responden (20%), kategori usia 19 tahun sebanyak 10 responden (16,7%), dan kategori usia 20 tahun hanya 1 responden (1,7%).

Tabel 2. Hasil pengaruh pendidikan kesehatan dengan Booklet terhadap pengetahuan remaja putri tentang anemia

	Rata-Rata	Deviation	P-value
Pretest Booklet	43.50	10.35	0.000
Posttest Booklet	87.33	7.51	
Pretest Ceramah	38.50	6.45	0.000
Posttest Ceramah	69.67	7.53	

Berdasarkan Tabel 2. Didapatkan hasil bahwa nilai pretest diperoleh rata-rata hasil pengetahuan atau Mean sebesar 43,50, sedangkan untuk nilai posttest diperoleh nilai rata-rata hasil pengetahuan sebesar 87,33. Nilai pretest pada rata-rata hasil pengetahuan siswa sebelum penyuluhan dengan metode ceramah sebesar 38,50, sedangkan untuk nilai posttest diperoleh rata-rata hasil pengetahuan sebesar 69,67. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan nilai rata-rata hasil belajar menggunakan Booklet sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang anemia maka itu artinya secara deskriptif ada peningkatan rata-rata hasil pengetahuan setelah pretest dan posttest menggunakan booklet dengan nilai p value 0,000 < 0,05.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, karakteristik responden adalah remaja. Masa remaja dikategorikan sebagai masa transisi yang dialami anak-anak untuk mencapai usia dewasa. Klasifikasi remaja yang diteliti dalam

penelitian ini adalah remaja awal dan remaja lanjut. Pada fase remaja awal ini, akan terjadi beberapa perubahan besar selain perkembangan pada fisik. Usia remaja awal adalah usia pertumbuhan untuk fisiknya, cara bersosial, daya pikir untuk tingkat pengetahuan dan lain-lain. Dalam penelitian ini diketahui bahwa karakteristik responden meliputi usia didapatkan kategori usia 16 tahun yaitu sebanyak 17 responden (28,3%), kategori usia 17 tahun sebanyak 20 responden (33,3%), kategori usia 18 tahun sebanyak 12 responden (20%), kategori usia 19 tahun sebanyak 10 responden (16,7%), dan kategori usia 20 tahun hanya 1 responden (1,7%).

Hal tersebut sesuai dengan penelitian Pratama & Sari (2021), yang menyebutkan periode remaja awal dimulai sekitar usia sepuluh atau dua belas tahun sampai dengan usia delapan belas tahun. Pada masa ini seseorang mulai mengalami perubahan fisik yang cepat termasuk bertambahnya tinggi dan berat badan, serta perkembangan fungsi seksual. Masa remaja individu semakin ingin bebas dan mencari jati diri (identitas diri). Pemikiran mereka menjadi semakin abstrak, logis dan idealis yang memungkinkan mereka untuk menerima pengetahuan baru secara mudah.

Sebelum diberikan edukasi menggunakan Booklet, mayoritas remaja putri di SMAN 1 Banyuke Hulu memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang anemia. Hampir seluruh siswa 27 (90%) dengan kategori pengetahuan kurang, sementara hanya 3 siswa (10%) memiliki pengetahuan cukup, dan tidak ada satupun yang memiliki pengetahuan baik (0%). Hal ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi edukasi menggunakan booklet, responden memiliki pengetahuan yang kurang mengenai anemia.

Setelah diberikan edukasi menggunakan Booklet, mayoritas remaja putri di SMAN 1 Banyuke Hulu memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang anemia. Hampir seluruh siswa 28 responden (90%) dengan kategori pengetahuan baik, sementara hanya 2 responden (10%) memiliki pengetahuan cukup, dan tidak ada satupun yang memiliki pengetahuan kurang (0%). Hal ini menunjukkan bahwa setelah intervensi edukasi menggunakan booklet, responden memiliki

pengetahuan yang baik mengenai anemia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti diketahui nilai pre-test kelompok eksperimen sebelum pendidikan kesehatan dengan media booklet pada kategori pengetahuan baik sebanyak 0 responden (0%), kategori cukup sebanyak 3 responden (10%), kategori kurang sebanyak 27 responden (90%). Adapun nilai pre-test kelompok kontrol sebelum pendidikan kesehatan dengan metode ceramah pada kategori pengetahuan baik sebanyak 0 responden (0%), kategori cukup sebanyak 0 responden (0%), kategori kurang sebanyak 30 responden (100%).

Pemberian informasi atau pengetahuan dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Salah satu dimensi tempat pelaksanaan pendidikan kesehatan dapat dilakukan di sekolah dengan sasaran siswa melalui metode promosi kesehatan.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian (5), Pendidikan kesehatan tentang anemia sangat penting bagi para remaja putri, karena dengan diberikannya pendidikan kesehatan akan menambah informasi bagi para remaja putri agar dapat mencegah anemia. Alasan diberikannya pendidikan kesehatan diberikan dengan media booklet karena dengan media booklet materi yang diberikan tidak hanya berupa tulisan tetapi dilengkapi dengan gambar berwarna sehingga akan membuat remaja putri lebih tertarik untuk membacanya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai post-test kelompok eksperimen sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media booklet pada kategori pengetahuan baik sebanyak 28 responden (93,3%), kategori cukup sebanyak 2 responden (6,7%), kategori kurang sebanyak 0 responden (0%).

Adapun nilai post-test kelompok kontrol sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah pada kategori pengetahuan baik sebanyak 5 responden (16,7%), kategori cukup sebanyak 23 responden (76,7%), kategori kurang sebanyak 2 responden (6,7%). Hasil peningkatan ini menunjukkan berarti ada pengaruh pemberian Pendidikan Kesehatan dengan Booklet terhadap peningkatan

pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia.

Dalam pemberian pendidikan kesehatan diperlukan media yang mudah dipahami, praktis dan menarik. Keberadaan booklet kesehatan pada remaja merupakan salah satu inovasi dalam pendidikan kesehatan. Booklet merupakan salah satu media informasi yang dapat digunakan dalam meningkatkan pengetahuan. Hal ini menunjukkan bahwa media booklet efektif digunakan dalam penyampaian informasi kepada masyarakat. Selain praktis, menarik dan mudah dibawa, booklet lebih murah. Isi booklet jauh lebih lengkap daripada leaflet sehingga sasaran pendidikan kesehatan lebih memahami isinya.

Hasil analisis menggunakan uji paired t- test nilai P-Value $0,000 < 0,05$, baik pada kelompok booklet ataupun ceramah sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan nilai rata-rata hasil pengetahuan siswa untuk Pretest dan Posttest kelompok siswa yang diberikan penyuluhan Media Booklet sehingga terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dilakukan (pretest) penyuluhan Media Booklet dan setelah dilakukan (posttest), yang artinya H_0 diterima dan H_a ditolak, yang artinya Ada pengaruh pemberian Pendidikan Kesehatan dengan Booklet terhadap peningkatan pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia di SMAN 1 Banyuke Hulu.

Dalam melakukan promosi kesehatan/ edukasi untuk menarik perhatian responden, merujuk dari jenis media yang digunakan dalam penelitian ini yaitu adalah media leaflet yang juga merupakan media cetak. berbagai informasi dapat diterima sehingga seseorang yang lebih sering terpapar media akan memperoleh informasi lebih banyak jika dibandingkan dengan orang yang tidak pernah terpapar informasi media. Hal ini berarti paparan media mempengaruhi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang. Pada penelitian ini sebelum diberikan pendidikan kesehatan mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan kurang (6).

Media booklet dapat digunakan sebagai sarana informasi yang memuat suatu permasalahan, serta dapat digunakan sebagai bahan referensi tentang pencegahan dan penatalaksanaan anemia, suplementasi tablet zat besi, serta MMR/NMR (4).

Penggunaan Booklet dalam proses

pembelajaran sangat cocok karena mengandung kata-kata yang ringkas, mudah dipahami, disertai gambar menarik, sehingga menampilkan penjelasan yang mudah diterima remaja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor rata-rata pretest sebesar 56,33 dengan skor minimal 37 dan skor maksimal 85. Sedangkan skor rata-rata posttest sebesar 86,67 dengan skor minimal 56 dan skor maksimal 100. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media booklet untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia (p value = 0,001). Peneliti menyimpulkan booklet sebagai media pendidikan kesehatan secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja.

Dampak dilakukannya penelitian ini adalah Pemahaman maupun pengetahuan siswi tersebut dapat bertambah dengan adanya edukasi melalui penyampaian materi tentang anemia pada remaja. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa hasil posttest lebih bagus dibandingkan hasil pretest. Hal ini dikarenakan adanya suatu usaha/tindakan yaitu sebelum dilakukan posttest para siswa siswi diberikan pendidikan kesehatan dengan metode-metode tersebut. Remaja yang mengalami anemia perlu mendapatkan informasi dengan cara melakukan penyuluhan tentang anemia, dan pentingnya minum tablet Fe bagi remaja. Hal ini dikarenakan salah satu dampak anemia yaitu mempengaruhi prestasi belajar siswa. Pengetahuan remaja putri jadi meningkat tentang pentingnya minum tablet Fe, Hal ini untuk mencegah terjadinya anemia.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan ada perbedaan nilai rata-rata hasil pengetahuan siswa untuk Pretest dan Posttest kelompok siswa yang diberikan penyuluhan Media Booklet sehingga terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dilakukan (pretest) penyuluhan Media Booklet dan setelah dilakukan (posttest), yang artinya Ada pengaruh pemberian Pendidikan Kesehatan dengan Booklet terhadap peningkatan pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia di

SMAN 1 Banyuke Hulu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada seluruh responden dan pihak-pihak yang terlibat dalam proses penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

1. Octavianty S, Petrika Y, Agusanty SF. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia, Asupan Zat Besi, Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Sma Muhammadiyah 1 Kota Pontianak. *Media Gizi Khatulistiwa*. 2024;1(1):55–9.
2. Khobibah K, Nurhidayati T, Ruspita M, Astyandini B. Anemia Remaja Dan Kesehatan Reproduksi. *J Pengabdian Masy Kebidanan*. 2021;3(2):11.
3. Putri DI, Ishabela V, Rajagukguk R, Ramadhania AR. Efektivitas Pendidikan Kesehatan tentang Anemia terhadap Pengetahuan Siswi dalam Upaya Pencegahan Stunting: Studi di SMP Negeri 2 Rancakalong. 2024;5(2):1001–8.
4. Yulianingsih E, Suherlin I, Aswad Y, Ischak WI, Hulawa D. Penggunaan Booklet terhadap Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri. *J Midwifery Jur Kebidanan Politek Kesehat Gorontalo*. 2021;6(2):63.
5. Nurrohimah N, Herfanda E, Putri HA. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Anemia Di Smk Ma'arif NU Ciamis. *J Unisa [Internet]*. 2017;1–10. Available from: https://www.researchgate.net/publication/362185473_Media_Buku_Saku_Pamil_Upaya_Pencegahan_Anemia_Kehamilan_Terhadap_Tingkat_Pengetahuan_Ibu
6. Apriyanti D, Prihatanti NR. Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Booklet dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah Di SMPN 16 Banjarmasin Tahun 2024. 2024;1(8):1467–77.