

Pengaruh Promosi Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Sma Trisoko

Ni Deni Darmayanti, Nur Alam

Program Studi Sarjana Kebidanan, dan Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammad Husni Thamrin

Correspondence Author : nidenidharmayanti@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.37012/jik.v14i1.2049>

Abstrak

Anemia pada remaja putri merupakan masalah kesehatan yang signifikan karena peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan menstruasi. Anemia terjadi ketika kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah dalam tubuh berada di bawah batas normal. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dampak penyuluhan tentang anemia menggunakan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan siswi di SMA Trisoko. Penelitian ini dilakukan di SMA Trisoko dengan jenis penelitian eksperimen semu menggunakan pretest dan posttest. Populasi penelitian mencakup seluruh siswi kelas XI dan XII sebanyak 64 siswi, dengan sampel sebanyak 28 siswi yang mengalami anemia. Data dikumpulkan sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest). Uji statistik yang digunakan adalah uji T-Dependent. Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2021. Sebelum penyuluhan, pengetahuan siswi tergolong rendah dengan rata-rata skor pengetahuan sebesar 7,25 dan standar deviasi 1,81. Setelah penyuluhan, pengetahuan siswi meningkat menjadi cukup baik dengan rata-rata skor 11,68 dan standar deviasi 2,07. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan menggunakan media leaflet terhadap pengetahuan siswi tentang anemia dengan nilai $p=0,000$ ($p < 0,05$). Penelitian ini menunjukkan manfaat pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia. Disarankan untuk terus mengimplementasikan metode ini dalam upaya meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja tentang kesehatan anemia.

Kata Kunci : Anemia, Leaflet, Pengetahuan, Penyuluhan

Abstract

Anemia among adolescent girls is a significant health concern due to the increased demand for iron during growth and menstruation. Anemia occurs when the levels of hemoglobin, hematocrit, and red blood cells in the body fall below normal thresholds. This study aims to assess the influence of anemia education utilizing leaflet media on enhancing the knowledge of female students at SMA Trisoko. The research was conducted at SMA Trisoko using a quasi-experimental design with pretest and posttest assessments. The study population comprised all female students in grades XI and XII, totaling 64 students, with a sample of 28 students experiencing anemia. Data were collected before the intervention (pretest) and after the intervention (posttest). The statistical analysis employed was the dependent T-test. Prior to the intervention, the students exhibited relatively low knowledge about anemia, with an average knowledge score of 7.25 and a standard deviation of 1.81. Following the intervention, the students' knowledge significantly improved to a satisfactory level, with an average score of 11.68 and a standard deviation of 2.07. The results indicate a notable impact of the leaflet-based education on enhancing the students' knowledge about anemia, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). The research conducted in december 2021. This study underscores the benefits of health education utilizing leaflet media in augmenting the understanding of anemia among adolescent girls. It is recommended to continue implementing this approach to further enhance comprehension and awareness of anemia among adolescents.

Keywords: Anemia, Leaflet, Knowledge, Education

PENDAHULUAN

Remaja sering kali mengikuti tren-tren yang tidak sehat, yang akhirnya dapat menimbulkan masalah kesehatan, salah satunya adalah anemia. Data dari Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri sekitar 25%, sedangkan pada wanita usia subur sebesar 17%. Untuk mencegah terjadinya anemia, pemerintah Indonesia telah mengeluarkan Surat Edaran nomor HK03.03/V/0595/2016 yang mengatur tentang pemberian tablet tambah darah kepada remaja putri. Menurut Teori Lawrence Green, salah satu faktor predisposisi dalam perubahan perilaku kesehatan adalah tingkat pengetahuan. Kurangnya pengetahuan tentang pencegahan anemia pada remaja putri dapat memengaruhi tingkat kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia, salah satunya melalui penyuluhan.

Dampak dari kurangnya upaya pencegahan anemia dapat mencakup penurunan kinerja akademik, gangguan konsentrasi, dan penurunan kemampuan fisik (Titin, 2014). Selain itu, anemia juga dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh, sehingga membuat individu lebih rentan terhadap infeksi (Umi, 2017). Prevalensi anemia yang tinggi pada remaja, jika tidak ditangani dengan baik, dapat berlanjut hingga dewasa dan sangat berkontribusi terhadap kematian ibu, kelahiran prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah (Robertus, 2014, dalam Umi, 2017).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi anemia di negara-negara berkembang mencapai 24,8%. Hasil survei Riskesdas 2005 menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 26,5%, yang kemudian turun menjadi 22,7% pada survei Riskesdas 2013 pada remaja usia 13-18 tahun.

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia. Hal ini disebabkan karena mereka mengalami menstruasi setiap bulan dan sedang dalam masa pertumbuhan, sehingga membutuhkan asupan gizi yang lebih tinggi. Ketidakseimbangan dalam asupan zat besi juga merupakan penyebab anemia pada remaja putri (Titin, 2014). Selain itu, pengetahuan juga menjadi faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja putri. Pengetahuan mereka tentang anemia memengaruhi kebiasaan makan, yang pada akhirnya memengaruhi status gizi mereka (Ely, 2017).

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis Penelitian:

Penelitian ini menggunakan rancangan Quasi-Eksperimen (eksperimen semu) dengan desain Pretest and Posttest. Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2021

Populasi dan Sampel:

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XI dan XII SMA Trisoko, yang berjumlah 64 siswi. Sampel penelitian adalah siswi yang menderita anemia. Setelah melakukan skrining pada terhadap 64 siswi, diperoleh 28 siswi yang mengalami anemia. Jumlah sampel yang diambil adalah 28 siswi.

Pengumpulan Data

Identitas sampel mencakup nama, umur, dan jenis kelamin, yang diperoleh melalui wawancara dengan responden menggunakan kuesioner. Setelah terisi, data dicek kembali untuk memastikan kelengkapan. Data pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dikumpulkan menggunakan kuesioner yang diisi oleh sampel. Prosedur pengumpulan data pengetahuan meliputi:

1. Sampel diberikan kuesioner untuk diisi.
2. Penjelasan diberikan mengenai cara pengisian kuesioner.
3. Sampel diminta untuk menjawab semua pertanyaan di kuesioner.
4. Setelah diisi, kuesioner dikumpulkan kembali dan dicek kelengkapannya.
5. Pengisian kuesioner pengetahuan dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu sebelum dan sesudah penyuluhan.
6. Intervensi Penyuluhan dengan Media Booklet:

Analisis Data:

Pengaruh penyuluhan tentang anemia dengan media booklet terhadap pengetahuan siswi di SMA Trisoko akan dievaluasi menggunakan uji beda yang berpasangan atau Uji T-Dependent. Kesimpulan akan diambil berdasarkan nilai p; jika nilai $p \leq 0,05$, maka H_0 ditolak, yang mengindikasikan adanya pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswi.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelas

Kelas	n	%
XI IPA	6	21,4
XI IPS	8	28,6
XII IPA	7	25
XII IPS	7	25
Total	28	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa sebanyak 6 (21,4 %) siswi kelas XI IPA, 8 (28,6 %) siswi kelas XI IPS , 7 (25%) siswi kelas XII IPS dan 7 (25 %) siswi kelas XII IPS.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Umur

Umur (tahun)	n	%
15	1	3,6
16	9	32,1
17	10	35,7
18	4	14,3
19	3	10,71
20	1	3,6
Total	28	100,0

Berdasarkan Tabel dapat diketahui bahwa sebanyak 1 (3,58 %) siswi berumur 15 tahun, 9 (32,14 %) siswi berumur 16 tahun, 10 (35,71 %) siswi berumur 17 tahun, 4 (14,29 %) siswi berumur 18 tahun, 3 (10,71 %) siswi berumur 19 tahun dan 1 (3,58 %) siswi berumur 20 tahun. Dari 28 sampel, mayoritas siswi terdapat pada umur 17 tahun. Yang artinya bahwa anak sekolah telah matang dalam hal umur yang diharapkan mampu memberikan perhatian lebih dan mampu menerima pembelajaran tentang anemia pada remaja putri menggunakan media *leaflet*.

2. Analisis Bivariat

Tabel 3. Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Siswi SMA Tentang Anemia Setelah diberikan penyuluhan menggunakan Media Leaflet

Variabel	Pre Test	Post Test	p-Value
	Rata-rata ± SD	Rata-rata ± SD	
Pengetahuan Remaja	7,25 ± 1,81	11,68 ± 2,07	0,000

Diketahui rata-rata skor pengetahuan sebelum penyuluhan (pretest) 7,25 dengan standar deviasi 1,81. Dari hasil kategori pretest yang telah didapatkan dari 28 siswi yang menjawab 20 pertanyaan kuesioner semuanya dikategorikan kurang. Adapun pertanyaan yang mudah dimengerti siswi adalah pertanyaan tentang pengertian anemia (71,4%), pertanyaan tentang pengertian zat besi (89,2%), kadar hb normal wanita usia ≥ 15 tahun (64,2%), jumlah gram konsumsi tablet fe perhari dan lama pengobatan bila konsentrasi hb menunjukkan minimal 1g/dl (54,3%) serta pertanyaan tentang bahan makanan yang mengandung zat besi (85,7%). Sedangkan pertanyaan yang tidak dimengerti siswi adalah pertanyaan tentang fungsi zat besi (89,2%), tanda-tanda anemia (64,2%), penyebab anemia (96,4%), dampak dari anemia (75%), alasan remaja putri mengalami anemia (78,5%), kadar normal hb wanita hamil (71,4%), tidak termasuk cara mengatasi anemia (64,2%), bahan makanan yang mengandung vitamin c (85,7%), istilah zat besi berasal dari hewani dan nabati (96,4%), persenan tingkat absorbs zat besi dari nabati (57,1%), pertanyaan tentang persenan tingkat absorbs zat besi dari hewani (82,1%), dan pertanyaan tentang kandungan yang terdapat pada kopi dan teh (67,8%)

Sedangkan rata-rata skor pengetahuan sesudah penyuluhan (posttest) 11,68 dengan standar deviasi 2,07. Adapun hasil kategori posttest yang telah didapatkan dari 28 siswi yang menjawab 20 pertanyaan kuesioner adalah sebagai berikut : yang memiliki pengetahuan tentang anemia yang cukup baik yaitu sebanyak 15 siswi, sedangkan yang memiliki pengetahuan yang kurang baik yaitu sebanyak 13 siswi. Adapun hasil *post – test* menggambarkan pertanyaan yang mudah dimengerti siswi adalah pertanyaan tentang pengertian zat besi (89,2%), kadar normal hb wanita ≥ 15 thn (60,7%), yang tidak termasuk cara mengatasi anemia (67,8%), jumlah gram tablet fe dikonsumsi dalam perhari (85,7%), lama pengobata bila konsentrasi hb menunjukkan minimal

1g/dl (78,5%), bahan makanan yang mengandung zat besi (92,8%), bahan makanan yang mengandung vitamin c (82,1%), istilah zat besi yang berasal dari nabati (64,2%), kandungan yang terdapat pada kopi dan teh (89,2%), dan pertanyaan tentang yang sering menderita anemia (89,2%). Sedangkan pertanyaan yang tidak mudah dimengerti siswi adalah pertanyaan sebagai berikut: pengertian tentang anemia (67,8%), tanda-tanda anemia (67,8%), bukan penyebab dari anemia (92,8%), tidak termasuk dampak anemia pada remaja putri (67,8%), kadar normal hb untuk wanita hamil (78,5%), istilah zat besi berasal dari hewani (60,7%), persenan tingkat absorbs zat besi dari nabati (25%), dan pertanyaan tentang persenan tingkat absorbs zat besi dari hewani (32,1%)

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, pengaruh promosi kesehatan dengan menggunakan media leaflet terhadap pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Trisoko dievaluasi melalui perbandingan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan dari kelompok eksperimen yang menerima penyuluhan dengan media leaflet. Sebelum intervensi, rata-rata skor pengetahuan adalah 7,25 dengan standar deviasi 1,81, sedangkan setelah intervensi, rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 11,68 dengan standar deviasi 2,07. Analisis statistik menggunakan uji T-dependent menunjukkan nilai $p = 0,000$, yang menandakan adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, dengan H_0 ditolak.

Peningkatan pengetahuan terjadi pada berbagai aspek, seperti pemahaman tentang zat besi, tanda-tanda anemia, cara mengatasi anemia, dan informasi seputar pengobatan. Namun, terdapat pertanyaan yang jumlah jawabannya naik dan turun setelah intervensi. Hal ini menunjukkan adanya perubahan pola pengetahuan siswi setelah penyuluhan. Namun, terdapat juga pertanyaan yang dapat dijawab dengan baik sebelum penyuluhan namun tidak sesudahnya, menunjukkan adanya perubahan yang menarik dalam pengetahuan siswi.

Hasil ini konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya yang mendukung efektivitas penyuluhan menggunakan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan. Studi lain menunjukkan bahwa media booklet efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan kecukupan energi pada remaja. Dukungan dari literatur juga menegaskan bahwa media cetak, seperti booklet dan leaflet, dapat menjadi alat yang efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan dengan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Peningkatan pengetahuan ini menjadi penting karena dapat membantu remaja dalam mengenali, mencegah, dan mengatasi masalah kesehatan yang berkaitan dengan anemia. Oleh karena itu, pendekatan ini perlu terus diterapkan dan dikembangkan sebagai bagian dari upaya pencegahan penyakit dan promosi kesehatan di kalangan remaja.

REFERENSI

- Arsianty Nursetia Restuti, Yoswenita Susindra (2016). Hubungan antara asupan zat gizi dan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri, *Jurnal Ilmiah*, 1(2): 1411- 5549
- Buzarudina (2013). Pengaruh pemberian penyuluhan pada peningkatan pengetahuan dan sikap gizi remaja anemia
- Dea Indratanti, Aponia Kartini (2014). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri, *Journal Of Nutrition College*, 3 (2) : 33- 39
- Dinkes Medan (2010). Profil Dinas Kesehatan Medan
- Dinkes Prosu (2010). Hasil Survei Anemia di Sumatera Utara
- Ely Eko Agustina, Warni Fridayanti (2017). Determinan Resiko Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Berdasarkan Jenjang Pendidikan di Kabupaten Kebumen, *Jurnal Ilmiah Kebidanan* 8 (1) : 57-70
- Hesti Permata Sari, Endo Dardjito, Dian Anandari (2016). Anemia gizi besi pada remaja putrid di wilayah Kabupaten Banyumas, *Jurnal Kesmas Indonesia*, 8 (1): 16-31
- Ikhwati. (2012). "Kebiasaan Makan Remaja Putri dan Hubungannya dengan Pengetahuan Gizi". *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 7(1), 55-63.
- Indah Asyri Rokhmawati (2015). Efek penyuluhan gizi dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMP Kristen 1 Surakarta
- Noor Hidayat, Suharti (2015). Validitas pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan metode HB meter pada remaja putrid di Man Wonosari, *Jurnal Kesmas*
- Notoatmodjo. 2007, *Media penyuluhan dalam upaya peningkatan pengetahuan*
- Nurul Riau Dwi Safitri, Deny Yudi Fitriyanti (2016). Pengaruh edukasi gizi dengan ceramah dan booklet terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap gizi remaja overweight, *Journal Of Nutrition Of College* 5 (4): 374-380

- Parasdia Arum Roos, Sari Puspa, Susanti Indra Ari, Widjayanti Merry. 2017, Hubungan anemia dengan status gizi pada remaja putrid, *The Southeast Asian Journal Of Midwifery*, 3(1): 27-32
- Robertus. (2014). "Prevalensi Anemia pada Remaja dan Dampaknya". *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 112-120.
- Rotua Manuntun (2017). Efektifitas edukasi terhadap perbaikan asupan zat besi, protein, dan kadar hemoglobin pada siswa/I SMA Negeri 14 Palembang, *Jurnal Kesehatan* 12 (2): 161-181
- Rotua. (2017). "Pengaruh Pengetahuan dan Kebiasaan Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri". *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(3), 78-85.
- Sarwono. (2008). "Peran Pengetahuan dalam Pencegahan Anemia". *Jurnal Gizi Kesehatan*, 4(3), 23-31.
- Titin. (2014). "Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia". *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 45-52.
- Umi. (2017). "Dampak Anemia pada Remaja Putri". *Jurnal Kesehatan Remaja*, 5(2), 87-95.