

PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG DENGAN MEDIA *BOOKLET* TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA REMAJA PUTRI

Era Milenyea^{1*}, Rini Sartika², Ria Setia Sari³,

Universitas Yatsi Madani

email: bidanera051299@gmail.com

ABSTRAK

Kasus anemia sangat menonjol pada remaja putri karena pada masa ini terjadi peningkatan kebutuhan zat besi akibat adanya pertumbuhan dan mensturasi. Anemia merupakan suatu keadaan adanya penurunan kadar hemoglobin, hematokrit dan jumlah eritrosit di bawah normal, anemia pada remaja dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan penurunan imunitas tubuh, prestasi belajar menjadi menurun, lemas, lesu dampak jangka panjang anemia pada remaja putri dapat menyebabkan resiko kematian saat melahirkan, dan bayi lahir prematur. Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan dengan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri I Jayanti. Metode Penelitian: Metode penelitian menggunakan sampel berjumlah 30 responden 15 kelompok intervensi, 15 kelompok kontrol dengan teknik purpose sampling. Populasi penelitian ini adalah semua siswi sebanyak 616 siswi. Sampel penelitian ini adalah semua siswi yang anemia sebanyak 30 siswi. Data yang dikumpulkan yaitu data sebelum intervensi (pretest) dan sesudah intervensi (posttest). Analisis bivariat menggunakan uji *mann whitney*. Hasil menunjukan Sebelum penyuluhan semua siswi tergolong pengetahuannya kurang, dengan rata-rata skor pengetahuan 7,25 dan standar deviasi 1,81. Sedangkan setelah penyuluhan pengetahuan meningkat menjadi pengetahuan cukup baik dengan rata-rata skor 11,68 dengan standar deviasi 2,07. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pemberian penyuluhan dengan media *booklet* terhadap pengetahuan siswi tentang anemia dengan nilai ($p = 0,000 < 0,05$). Saran : diharapkan remaja putri dapat meningkatkan pola hidup sehat untuk mencegah anemia sedini mungkin dengan mengaplikasikan pengetahuan yang di dapat melalui *booklet*.

Kata Kunci : Penyuluhan, *Booklet*, Anemia

ABSTRACT

Cases of anemia are very prominent in adolescent girls because during this period there is an increase in iron requirements due to growth and menstruation. Anemia is a condition where the levels of hemoglobin, hematocrit and erythrocyte levels decrease below normal anemia in teenagers can cause various health problems, decreased body immunity, decreased academic achievement, weakness, lethargy, the long-term impact of anemia in teenage girls can cause the risk of death during childbirth, and babies born prematurely. Research Objective: To determine the effect of health education using booklet media on increasing knowledge of anemia prevention among young women at SMP Negeri I Jayanti. Research Method: The research method used a sample of 30 respondents, 15 intervention groups, 15 control groups with purpose sampling technique. The population of this study was all 616 female students. The sample for this study was all 30 anemic female students. The data collected is data before the intervention (pretest) and after the intervention (posttest). Bivariate analysis used the Mann Whitney test. Research Results: Before counseling, all female students were classified as having poor knowledge, with an average knowledge score of 7.25 and a standard deviation of 1.81. Meanwhile, after counseling, knowledge increased to fairly good knowledge with an average score of 11.68 with a standard deviation of 2.07. The results of the study showed that there was an effect of providing counseling using booklet media on female students' knowledge about anemia with a value of ($p = 0.000 < 0.05$). Suggestion: It is hoped that young women can

improve their healthy lifestyle to prevent anemia as early as possible by applying the knowledge gained through the booklet.

Keywords: Counseling, Booklets, Anemia

PENDAHULUAN

Remaja (adolescence) merupakan suatu masa perkembangan serta perubahan biologis kognitif dan sosial emosional masa remaja awal (early adolescence) diperkirakan sama dengan masa sekolah menengah pertama (SMP) sedangkan masa remaja akhir (late adolescence) terjadi setelah seseorang berusia di atas 15 tahun (Ekasari, 2022). Remaja adalah calon pemimpin yang akan menjadikan suatu perubahan dimasa depan (AE Wijayanti, 2022). Kasus anemia sangat tinggi pada anak sekolah terutama remaja putri. Remaja putri memiliki risiko lebih besar untuk menderita anemia, hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan zat besi lebih banyak (Annisa, 2021).

Anemia sering menyerang remaja putri karena keadaan stress, haid, atau terlambat makan, selain status sosial ekonomi keluarga dan kebiasaan makan tradisional sangat penting dalam pengembangan anemia. Pada remaja, ketakutan bertambahnya berat badan dan tidak disukai, pemeriksaan kecemasan dan, kebiasaan makan yang tidak teratur adalah penyebab utama rendahnya asupan makanan sumber hewani yang menyebabkan anemia. Penelitian lain juga menyatakan bahwa penghasilan bulanan rumah tangga, ukuran keluarga, infeksi parasit usus, durasi aliran menstruasi per setiap siklus, dan Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk usia adalah prediktor utama anemia. Dengan demikian, suplementasi asam folat besi berbasis sekolah dan program skrining gizi dan cacingan secara teratur harus dilaksanakan untuk membantu remaja perempuan yang berisiko anemia (Mengistu & Gutema, 2019).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO), prevalensi anemia Dunia berkisar 40-88% menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di Negara-negara berkembang berkisar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress atau menstruasi. (WHO, 2020)

Prevalensi anemia pada wanita usia reproduksi (15-49 Tahun) pada tahun 2019 di Negara berkembang yang dialami oleh remaja putri di macam-macam Negara berkembang dengan angka : 15,5% di Cina, 24,2% di Filipina dan 74,7% di India remaja putri (Balitbangkes, 2018). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Prevalensi kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia meningkat 2,7%. 27,2% pada tahun 2019 menjadi 29,9% di tahun 2021. Salah satu provinsi di Indonesia adalah Banten dengan prevalensi anemia pada tingkat nasional sebesar 23% pada remaja putri (Kemenkes, 2021).

Metode Edukasi penyuluhan yang dilaksanakan dengan bantuan media akan mempermudah dan memperjelas audiens dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan (Muwakhidah, 2021). Salah satu media yang digunakan untuk penyuluhan kepada remaja adalah booklet. Media Booklet merupakan salah satu media massa yang dijadikan sebagai media (alat peraga) ditujukan kepada banyak orang maupun umum yang waktu penyampaian isi tidak teratur (D Darwis, 2022). Menurut Mardikanto (1993), bahwa Booklet adalah media cetak atau cetakan yang berisi gambar atau tulisan (lebih dominan) yang bentuknya buku kecil setebal 10-25 halaman, dan paling banyak 50 halaman. Keunggulan dari media booklet adalah informasi yang dituangkan lebih lengkap, lebih terperinci dan jelas serta bersifat edukatif. Selain itu, booklet yang digunakan sebagai

media edukasi ini bisa dibawa pulang, sehingga dapat dibaca berulang dan disimpan. Penyusunan booklet ini disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi remaja serta dikombinasikan dengan gambar sehingga menarik perhatian remaja dan menghindari kejenuhan remaja dalam membaca (Damanik Ersa, 2019). Keunggulan lainnya dari media booklet (Menurut Ewles (1994) adalah Klien dapat menyesuaikan dari belajar mandiri, pengguna dapat melihat isinya pada saat santai, informasi dapat dibagi dengan keluarga dan teman, mudah dibuat, diperbanyak dan diperbaiki serta mudah disesuaikan, mengurangi kebutuhan mencatat, dapat dibuat secara sederhana dengan biaya relative murah, awet, daya tampung lebih luas, dan dapat diarahkan pada segmen tertentu (Damanik Ersa, 2019).

Responden yang akan menjadi penentuan subjek penelitian yaitu menggunakan remaja putri dengan pendidikan tingkat menengah pertama (SMP) atau sederajat, hal ini disebabkan karena remaja tingkat SMP/sederajat dinyatakan memiliki risiko terjadinya anemia yang lebih tinggi berakibat dari remaja awal (usia 13-15 tahun) dengan pola pikir/kesadaran terhadap pentingnya menjaga kesehatan masih rendah. Sesuai dengan teori World Health Organization (WHO) (2020), remaja putri tingkat SMP merupakan salah satu kelompok yang beresiko menderita anemia yang ditandai dengan angkat kejadian anemia di sekolah menengah pertama pada usia 13- 15 tahun mempunyai salah satu masalah Kesehatan tingkat berat (WHO, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Jayanti pada tanggal 27 Mei 2024 sampai dengan 3 Juni 2024, pada hari pertama penyusun melakukan kontrak waktu dengan wali kelas masing masing kelas dari beberapa siswa kelas VII berjumlah 10 siswa, kelas VIII berjumlah 10 siswa dan kelas IX berjumlah 10 siswa total menjadi 30 siswa dalam satu ruangan penyusun melakukan pemeriksaan fisik pada konjungtiva yang terlihat pucat dan pengecekan kadar Hb dengan jumlah 30 dari 616 siswa, serta melakukan wawancara mengenai keluhan yang di rasakan antara lain mengalami lelah, letih, lesu dan tidak bersemangat untuk melakukan kegiatan sekolah penyusun mendapatkan data atau informasi mengenai kondisi kesehatan pada remaja putri SMP Negeri 1 Jayanti diperoleh remaja yang mengalami anemia dengan keluhan mata berkunang kunang sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 1 Jayanti tidak mengetahui dampak dari kejadian anemia, dan cara mengatasi anemia tersebut. Berdasarkan uraian diatas, penyusun tertarik untuk melakukan penelitian karena masih tingginya anemia pada remaja dan Sebagian besar tidak mengetahui tentang Pengaruh Penyuluhan Kesehatan dengan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Jayanti

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif Quasy eksperimen adalah desain penelitian yang melibatkan dalam uji intervensi/perlakuan terhadap satu atau beberapa kelompok eksperimen tanpa pengacakan subjek dalam kelompok (Adil, A, 2023). *Pretest-Posttest Non Equivalent Control* merupakan eksperimen yang dilaksanakan pada dua kelompok kontrol tidak dipilih secara random kemudian dilakukan pengamatan sebelum dan sesudah dilakukan pengukuran sebelum intervensi (*pretest*) kemudian diberikan intervensi berupa penyuluhan kesehatan dengan media *booklet* tentang anemia dan diberikan pengukuran kembali (*posttest*) setelah intervensi untuk mengetahui adanya perubahan pada intervensi tersebut (Notoadmojo, 2018).

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan perbedaan kelas

Karakteristik Kelas	Responden Intervensi		Responden Kontrol	
	Frequency	Percent%	Frequency	Precent%
Kelas 7	10	66,7	8	53,3
Kelas 8	5	33,3	7	46,7
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 4.1 bahwa responden kelas 7 lebih banyak yang dijadikan sebagai kelompok intervensi sebanyak 10 responden (66,7%), sedangkan kelas 7 pada kelompok kontrol sebanyak 8 (53,3%). Pada kelas 8 yang di jadikan sebagai kelompok responden yang dijadikan sebagai kelompok intervensi sebanyak 5 (33,3%), sedangkan pada kelompok kontrol sebanyak 7 responden (46,7%).

Tabel 1. 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Remaja Putri

Karakteristik Usia	Responden Intervensi		Responden Kontrol	
	Frequency	Percent%	Frequency	Precent%
12 Tahun	3	20,0	3	20,0
13 Tahun	6	40,0	3	20,0
14 Tahun	6	40,0	9	60,0
Total	15	100	15	

Berdasarkan tabel 4.2 usia 12 tahun yang mengalami anemia pada kelompok intervensi sebesar 3 (20,0%), kelompok kontrol sebesar 3 (20,0%), Usia 13 tahun pada kelompok intervensi sebesar 6 (40,0%), kelompok kontrol sebesar 3 (20,0%). Usia 14 tahun pada kelompok intervensi sebesar 6 (40,0%), kelompok kontrol 9 (60,0%).

Analisa Univariat

Tabel 1. 2 Distribusi Frekuensi Pemberian penyuluhan kesehatan dengan Media *Booklet*

Kelompok	Frequency	Precent %
Intervensi	15	50
Kontrol	15	50
Total	30	100

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui pemberian penyuluhan dengan media *booklet* total frekuensidari kelompok intervensi 15 (50%), pada kelompok kontrol sebanyak 15 (50 %) dengan jumlah frekuensi 30 (100%).

Uji Normalitas Data

Tabel 1. 3 Hasil Uji Normalitas

Pengetahuan	Nilai P	Keterangan
<i>Pre Test</i>	0,043	Berdistribusi Tidak Normal
<i>Post Test</i>	0,003	

Berdasarkan tabel 4.4 diketahuiaibahwa hasil dari uji normalitas dengan *Kolmogrov smirnov* menunjukkan data *pre test* dan *posttest* berdistribusi tidak normal karena nilai p kurang dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik pengujian hipotesis ini menggunakan uji *Mann whitney* karena data berdistribusi tidak normal.

Analisa Bivariat

Tabel 1. 5 Hasil Uji Mann-Whitney U Tingkat Pengetahuan kelompok intervensi dan kelompok Kontrol

	Mean	Std. Deviation
Kelompok Intervensi	19,80	297.00
Kelompok Kontrol	11,20	168.00
Valid N		

tabel 4.6 hasil analisis kelompok intervensi dan kelompok kontrol yang di uji menggunakan *mann-whitney U* didapatkan hasil *P value* 0,000 dimana *P value* kurang dari 0.05 yang artinya terdapat pengaruh penyuluhan dengan media *booklet*.

PEMBAHASAN

Penyuluhan Kesehatan dengan Media Vidio Animasi

Berdasarkan hasil pengolahan data tingkat pengetahuan dengan pengisian kuesioner sesuai dengan *score* yang diperoleh bahwa persentase tingkat pengetahuan yang kurang sebelum diberikan penyuluhan pada kelompok intervensi sebanyak 15 responden (50%), sedangkan pada kelompok kontrol sebanyak 15 responden (50%). Kurangnya pengetahuan remaja putri terkait anemia akan berpengaruh terhadap pola hidup kurang maksimal, untuk meningkatkan pengetahuan dapat memberikan penyuluhan dengan berbagai metode penyuluhan salah satunya media berupa *booklet* yang efektif digunakan dalam memberikan informasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Ersya Novita Damanik tahun 2019 didapatkan nilai *P Value* 0,000 dapat diartikan bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan antara sebelum dan sesudah intervensi dan disimpulkan bahwa edukasi kesehatan dengan media *booklet* lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia.

Penyuluhan kesehatan adalah salah satu cara pemberian informasi dalam meningkatkan pengetahuan pada remaja putri tentang anemia. Sementara itu, penyuluhan kesehatan sangat terbantu dengan adanya media penyuluhan *booklet* dapat menyampaikan suatu konsep yang lebih menarik sehingga efektif sebagai media penyuluhan sekaligus responden lebih mudah mencerna dan memahami informasi (Sengngeng, 2023).

Pengetahuan

Berdasarkan tabel 1.1 bahwa responden kelas 7 lebih banyak yang dijadikan sebagai kelompok intervensi sebanyak 10 responden (66,7%), sedangkan kelas 7 pada kelompok kontrol sebanyak 8 (53,3%). Pada kelas 8 yang di jadikan sebagai kelompok responden yang dijadikan sebagai kelompok intervensi sebanyak 5 (33,3%), sedangkan pada kelompok kontrol sebanyak 7 responden (46,7%).

Berdasarkan tabel 4.1, karakteristik responden terdapat 2 kelompok yaitu kelompok intervensi berjumlah 15 responden dan kelompok kontrol berjumlah 15 responden. Responden kelas 7 lebih banyak yaitu berjumlah 18 responden yang di jadikan sebagai subjek peneliti, hal ini disebabkan karena nilai kadar Hb lebih dominan yang mengalami anemia berada dikelas 7. Sedangkan pada kelas 8 berjumlah 12 responden yang di jadikan sebagai subjek peneliti. Dikalangan perempuan anemia adalah yang kerap terjadi di usia remaja khususnya banyak terjadi di Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Ada beberapa kalangan perempuan yang menganggap anemia sebagai salah satu hal yang biasa dialami oleh perempuan diusia remaja, dialami dalam waktu yang singkat saat terjadi menstruasi Beberapa perempuan remaja menganggap anemia sebagai hal yang biasa terjadi selama masa remaja, terutama saat menstruasi. Namun, anemia sebenarnya adalah kondisi yang disebabkan oleh kekurangan sel darah merah atau hemoglobin dalam tubuh. Pada remaja perempuan, anemia sering dipicu oleh kehilangan darah selama menstruasi, terutama jika perdarahan berlangsung lama atau berat. Meskipun gejalanya sering dianggap wajar, seperti kelelahan atau pusing saat menstruasi, anemia yang tidak ditangani dapat berdampak buruk pada kesehatan jangka panjang, seperti menurunnya konsentrasi, penurunan daya tahan tubuh, dan kelelahan kronis. Oleh karena itu, penting untuk mengenali tanda-tanda anemia dan mengambil langkah pencegahan, seperti menjaga asupan zat besi yang cukup melalui makanan atau suplemen.

Penyuluhan Menggunakan Media Booklet.

Berdasarkan tabel 1.3 menunjukkan bahwa pada distribusi frekuensi media *booklet* pada kelompok intervensi sebesar 15 responden (50%). Kelompok kontrol sebesar 15 responden (50 %) dengan jumlah 30 responden.

Berdasarkan tabel 4.4 Distribusi frekuensi pemberian media *booklet* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol terdapat peningkatan pengetahuan tentang anemia yang signifikan, hal ini disebabkan karena perlakuan serta pemantauan yang dilakukan pada saat penelitian sesuai dengan waktu penyuluhan tentang anemia yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu.

Anemia yang terjadi pada remaja putri berdasarkan karakteristik responden lebih dominan mengalami anemia sedang di usia 13-15 tahun dengan remaja putri tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP), hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan pola hidup yang tidak sehat dan defisiensi zat besi dan kondisi mentruasi (Sa'adiyah, 2021).

Hal tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikannya penyuluhan melalui media *booklet* terhadap pengetahuan tentang *overweight* pada remaja. Peningkatan ini terjadi berkaitan dengan kelebihan dari *booklet* yaitu materi yang dituangkan dalam *booklet* lebih lengkap, lebih terperinci, jelas dan edukatif serta penyusunan materi *booklet* dibuat sedemikian rupa agar menarik perhatian remaja, sesuai dengan kebutuhan dan kondisi remaja. Selain itu, *booklet* juga dapat dibawa pulang, sehingga subjek dapat membaca atau mempelajarinya.

Selain itu penelitian yang juga dilakukan oleh Minokta Lendra (2018) tentang “pengaruh penggunaan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan tentang kecukupan energy remaja di SMA Negeri 1 Pontianak”. Dengan hasil penelitian diketahui pengetahuan siswa-siswi mengalami peningkatan, ini dibuktikan dengan melihat nilai mean tingkat pengetahuan siswa-siswi pada sebesar 58.5% atau meningkat 22.7% menjadi 81.2%.

SIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian didapatkan nilai hasil uji *Mann-Whitney p-value* = 0,000 ($p < 0,05$), bermakna H_0 ditolak bahwa ada pengaruh penyuluhan kesehatan pencegahan stunting dengan media *booklet* terhadap pengetahuan pada remaja putri di SMP Negeri I Jayanti.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penelitian. Terima kasih kepada pembimbing yang telah memberikan banyak masukan dan arahan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa. (2021). Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang anemia dengan media *booklet* terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan pencegahan anemia pada remaja putri di smpn 20 kota bengkulu. 27.
- Hasyim, N. A. (2018). Pengetahuan Risiko, Perilaku Pencegahan. *Media Publikasi Penelitian; 2018; Volume 15; No 2., 15, 2*. Retrieved from Website: ejournal.stikespku.ac.id
- Imanuna, H. (2022). Penyuluhan Anemia Gizi Besi Menggunakan Media *Booklet* untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Siswi SMAN 7 Malang. *NUTRITURE JOURNAL, VOLUME 1*, 1-8.
- Jeihooni1, A. K. (2021). The effect of nutrition education based. *Khani Jeihooni et al. BMC Women 's Health (2021) 21:256*.

Muwakhidah. (2021). Efektivitas Pendidikan Dengan Media Boklet, Leaflet Dan Poster Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia. *The 13th University Research Colloquium 2021*, 2.

<https://www.bidiktangsel.com/banten-raya/97010547929/dinkes-kabupaten-tangerang-luncurkan-program-garasi-gemilang-untuk-cegah-anemia-remaja-putri>

Suiyatin (2016). Hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada siswi di Pesantren modern Ummul Quara Al-Islam Bogor

Supariasa, Nyoman Dewa I, 2012. Pendidikan Dan Konsultasi Gizi: Penerbit Buku Kedokteran

Titin Caturiyantiningtiyas (2014). Hubungan antara pengetahuan, sikap dan perilaku dengan kejadian anemia remaja putri kelas X dan XI SMA Negri 1 Polokarto

Umi Faridah, Subiwati (2017). Bayam merah buntut peningkatan kadar hemoglobin remaja putri kelas XII SMK Al- Islam Kudus, *Jurnal Karya Husada Semarang* 4(1): 90-96

World Health Organization (WHO). 2013, Worldwide Prevelency Of Anemia WHO Global Database On Anemia