



---

## PENGARUH MEDIA *BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN SIKAP DALAM MENGGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI SMAN 1 LEDO

Tea Tarsela Keti<sup>1</sup>, Dahliansyah<sup>2</sup>, Widyana Lakshmi Puspita<sup>3</sup>  
Jurusan Gizi Poltekkes Pontianak

### Abstrak

Anemia pada remaja berdampak negatif terhadap kesehatan, konsentrasi belajar, dan produktivitas. Kurangnya pengetahuan dan sikap pencegahan yang tepat meningkatkan risiko terjadinya anemia serta memperburuk dampaknya. Media edukasi yang efektif diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan sekaligus membentuk sikap positif terhadap pencegahan anemia, salah satunya melalui booklet yang mampu menyajikan informasi secara jelas, terstruktur, dan mudah dipahami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media booklet terhadap pengetahuan tentang anemia dan sikap dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 1 Ledo. Desain penelitian menggunakan pre-experimental dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest* pada 52 responden yang ditentukan dengan rumus Lemeshow. Instrumen penelitian berupa kuesioner, dan analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi ( $p = 0,000$ ) serta perbedaan signifikan sikap sebelum dan sesudah edukasi ( $p = 0,000$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi melalui media booklet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah untuk pencegahan anemia.

Kata Kunci: Anemia, Tablet Tambah Darah, Pengetahuan, Sikap dan Remaja Putri

### THE EFFECT OF BOOKLET MEDIA ON KNOWLEDGE ABOUT ANEMIA AND ATTITUDES TOWARD CONSUMING IRON TABLETS AT SMAN 1 LEDO"

### Abstract

*Anemia among adolescents has a negative impact on health, learning concentration, and productivity. Lack of knowledge and inappropriate preventive attitudes increase the risk of anemia and worsen its consequences. Effective educational media are required to improve knowledge and foster positive attitudes toward anemia prevention, one of which is a booklet that presents information clearly, structurally, and comprehensibly. This study aimed to determine the effect of booklet media on knowledge about anemia and attitudes toward consuming iron supplement tablets among female adolescents at SMAN 1 Ledo. The study employed a pre-experimental design with a One Group Pretest-Posttest approach involving 52 respondents determined using Lemeshow's formula. Data were collected through questionnaires and analyzed using the Wilcoxon test. The results showed a significant difference in knowledge before and after education ( $p = 0.000$ ) as well as a significant difference in attitudes before and after education ( $p = 0.000$ ). It can be concluded that booklet-based education significantly improves knowledge and attitudes of female adolescents in consuming iron supplement tablets for anemia prevention.*

*Key Word: Anemia, Iron Tablets, Knowledge, Attitude, Female Adolescents*



## Pendahuluan

Masa remaja adalah periode transisi yang krusial dari masa anak-anak menuju dewasa, dimana individu mengalami berbagai perkembangan Faridah *et al.*, (2021). Yang biasanya berlangsung antara usia 10 hingga 19 tahun, remaja menjalani proses yang sangat penting bagi kehidupan mereka. Periode ini berfungsi sebagai jembatan yang menghubungkan kebebasan masa kanak-kanak dengan tanggung jawab yang besar di masa dewasa (Johariyah *et al.*, 2018). Salah satu permasalahan yang sering muncul pada masa remaja adalah masalah gizi, yang merupakan dampak lanjutan dari kondisi gizi saat masih anak-anak masalah tersebut meliputi anemia, defisiensi gizi. Masalah gizi yang sering terjadi meliputi anemia defisiensi besi, kekurangan dan kelebihan berat badan. Kebiasaan makan yang dilakukan selama masa remaja akan berpengaruh terhadap kesehatan di masa depan, terutama bagi remaja putri yang membutuhkan lebih banyak zat besi untuk menggantikan yang hilang selama menstruasi (Putri *et al.*, 2022).

Anemia merupakan suatu kondisi di mana kadar hemoglobin dalam tubuh diambang batas normal yaitu 12 g/dl. Hemoglobin adalah sel darah merah yang mengandung protein yang berperan dalam mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh Dwi Aridya *et al.*, (2023). Anemia menjadi masalah kesehatan utama yang sering dijumpai di seluruh dunia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, seperti kelelahan, kelemahan, sesak napas, serta meningkatkan risiko penyakit akibat sistem imun yang lemah. Anemia lebih sering terjadi pada remaja putri dibandingkan dengan remaja putra, terutama karena pola makan yang kurang baik, seperti mengurangi konsumsi protein hewani yang sebenarnya diperlukan untuk pembentukan hemoglobin darah. Selain itu, gangguan menstruasi, seperti masa haid yang lebih lama atau volume darah yang lebih banyak dari biasanya, juga meningkatkan risiko anemia pada remaja putri (Amanda *et al.*, 2024).

World Health Organization (WHO) dalam *world health statistics* tahun 2021 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di dunia berkisar sebesar 29,9% dan prevalensi anemia pada wanita tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 29,6% yang mana kategori usia remaja termasuk di dalamnya. Prevalensi anemia di Asia pada wanita usia 15-45 tahun mencapai 191 juta orang dan Indonesia menempati urutan ke 8 dari 11 negara Asia setelah Srilanka, dengan prevalensi anemia sebanyak 7,5 juta orang pada usia 10-19 tahun (WHO 2021).

Proporsi anemia dilaporkan bahwa pada usia 5-14 tahun, sebanyak 26,8% anak menderita anemia dan pada usia 15-24 tahun sebanyak 32%. (Risksdas Nasional 2018). Tren kasus anemia pada proporsi anemia di kelompok 15-24 tahun remaja putri mengalami peningkatan, 37,1% pada 2013, 48,9% pada 2018. Prevalensi anemia di antara populasi berusia 15-24 tahun

mencapai 15,5%. Selain itu, proporsi pendistribusian tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di sekolah sebesar 76,2% walaupun baru 1,4% remaja putri yang sudah mendapatkan TTD  $\geq 52$  butir, kemudian sebanyak 98,6% remaja putri hanya mendapatkan  $< 52$  butir.

Prevalensi anemia remaja putri di Provinsi Kalimantan Barat dalam 3 tahun terakhir pada tahun 2020: 13,2%, tahun 2021: 15,0%, dan tahun 2022: 12,8%, dengan data anemia tertinggi di Kabupaten Kapuas Hulu tahun 2020: 45%, tahun 2021: 56%, tahun 2022: 26,9%, nomor dua tertinggi di Kabupaten Bengkayang tahun 2020: 12%, tahun 2021: 32,9%, dan pada tahun 2022: 7,4% (Dinkes Kalbar 2023).

Masih tingginya prevalensi anemia pada remaja putri di berbagai daerah, termasuk di Kalimantan Barat, memang memerlukan perhatian serius. Anemia pada remaja putri dapat memengaruhi kualitas hidup mereka, termasuk pada perkembangan fisik dan intelektual. Oleh karena itu, penanganan yang tepat sangat penting untuk mencegahnya menjadi masalah yang lebih besar. Upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan prevalensi anemia di kalangan remaja putri adalah dengan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya asupan gizi seimbang, terutama zat besi, perlu ditingkatkan, kampanye konsumsi zat besi, meningkatkan akses dan pengetahuan mengenai makanan kaya zat besi dan pemantauan kesehatan secara berkala.

Upaya meningkatkan pengetahuan untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja, perlu dilakukan melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan terkait kesehatan merupakan salah satu upaya dalam menciptakan perilaku masyarakat sehingga menyadari dan mengetahui bagaimana cara memelihara kesehatannya serta menghindari hal-hal yang mencegah masalah kesehatan Hasanah & Rusady (2023). Pendidikan gizi membutuhkan media yang efisien dan efektif untuk memastikan bahwa pesan tersebut sampai ke khalayak yang dituju. Salah satu media yang digunakan dalam edukasi kepada remaja adalah *booklet*.

*Booklet* adalah publikasi berbentuk buku yang digunakan untuk menyebarkan informasi terkait kesehatan melalui sarana tertulis dan visual. *Booklet* merupakan salah satu bentuk inovasi media pembelajaran dalam bentuk media cetak. Media ini memuat materi pelajaran dalam bentuk fisik yang unik, menarik, dan fleksibel (Azizah *et al.*, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yulianingsih *et al.*, (2021), menyatakan hasil bahwa terdapat pengaruh signifikan pendidikan kesehatan melalui *booklet* terhadap pengetahuan anemia pada. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustianingsih, *et al.*, (2024), dengan menunjukkan hasil Terdapat



pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet* Jasa Tami (Remaja Sehat Tanpa Anemia) terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan anemia remaja putri. Penelitian yang dilakukan oleh Yudesti & Djamil, (2024), yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan media *booklet* terhadap tindakan pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri di SMP N 4 Tulang Bawang Barat.

Berdasarkan besaran masalah maka perlu dilakukan penelitian berupa pemberian edukasi gizi kepada siswi tentang anemia menggunakan media *booklet* untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap kearah yang lebih baik. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui apakah terdapat pengaruh media *booklet* terhadap pengetahuan tentang anemia dan sikap kepatuhan minum tablet tambah darah di SMAN 1 Ledo.

**Metode**

Penelitian ini merupakan jenis *pre eksperimental* dengan rancangan *one grup pre test and post test design*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2025 dengan populasi remaja putri berjumlah 52 responden di SMAN 1 Ledo, Kabupaten Bengkayang.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tentang anemia dan sikap dalam mengkonsumsi Tablet Tambah Darah dengan media *Booklet*.

**Hasil**

Uji Normalitas

Tabel 1 Uji Normalitas Remaja Putri di SMAN 1 Ledo Tahun 2025

Variabel	Pengetahuan Asymp sig (2-tailed)	Sikap Asymp sig (2-tailed)
Pretest	0,001	0,000
Posttest	0,000	0,200*

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas menggunakan uji normalitas *Kolmogorov – Smirnov<sup>a</sup>* yang menunjukkan bahwa, setiap data memiliki nilai sig < 0,05 yang artinya semua data berdistribusi tidak normal. Oleh karena itu, analisis data selanjutnya akan menggunakan analisis pengolahan uji wilcoxon .

Tabel 2 Distribusi Pengetahuan Sebelum dan sesudah Remaja Putri di SMAN 1 Ledo Tahun 2025

Deskripsi	n	Mean Rank	Sum of Ranks	p
Negative Ranks	1 <sup>a</sup>	2,00	2,00	0,00
Positive Ranks	50 <sup>b</sup>	26,48	1324,00	
Ties	1 <sup>a</sup>			
<b>Total</b>	<b>52</b>			

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa, pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui *booklet* memperoleh nilai negative ranks yaitu 1, data ini menunjukkan bahwa ada 1 orang responden yang mengalami penurunan pengetahuan, sedangkan nilai positive ranks sebanyak 50 data yang menunjukkan bahwa responden mengalami peningkatan, selain itu nilai ties 1 yang artinya 1 responden yang tidak mengalami perubahan pengetahuan, jadi jumlah keseluruhan data ada 52. Hasil uji menggunakan uji wilcoxon diperoleh nilai *p – value* sebesar 0,000 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan sesudah diberikan edukasi melalui media *booklet* .Asupan Zat Gizi Lemak.

Tabel 3 Distribusi Nilai Pengetahuan Sebelum dan Sesudah di Edukasi Menggunakan Booklet di SMAN 1 Ledo Tahun 2025

Nilai	Pengetahuan Sebelum	Selisih	Sesudah
Median	15	18	<b>3</b>
Minimal	9	18	30
Maksimal	18	20	10
Std. Deviasi	2.040	1.598	442
<b>P-value</b>	<b>0,000</b>		

Berdasarkan tabel 3, data menunjukkan bahwa median skor pengetahuan sebelum dan sesudah di edukasi menggunakan *booklet* meningkat dari 15 menjadi 18 artinya setengah dari siswa memiliki skor di atas 18, skor pengetahuan sebelum diberikan edukasi yaitu berkisar antara 9 sampai 18, dan sesudah di edukasi skor pengetahuan berkisar antara 18 sampai 20. ini menunjukkan pemberian edukasi menggunakan *booklet* efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa di SMAN 1 Ledo.

Tabel 4 Nilai Sikap Sebelum dan Sesudah Remaja Putri di SMAN 1 Ledo Tahun 2025

Deskripsi	n	Mean Rank	Sum of Ranks	p
Negative Ranks	9 <sup>d</sup>	18,11	163,00	0,000
Positive Ranks	38 <sup>e</sup>	25,39	965,00	
Ties	5 <sup>f</sup>			
<b>Total</b>	<b>52</b>			

Berdasarkan tabel 4, data responden yang



diambil dalam penelitian, bahwa sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui *Booklet* memperoleh nilai negative ranks yaitu 9, data ini menunjukkan bahwa ada 9 responden yang mengalami penurunan sikap, sedangkan nilai positive ranks sebanyak 38 data menunjukkan bahwa responden mengalami peningkatan, selain itu nilai ties 5 responden yang artinya 5 orang responden yang tidak mengalami perubahan sikap, jadi jumlah keseluruhan data ada 52. Hasil uji menggunakan uji *wilcoxon* diperoleh nilai *p – value* sebesar 0,000 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan sikap yang signifikan sesudah diberikan edukasi melalui media *booklet*.

Tabel 5 Distribusi Sikap Sebelum dan Sesudah di Edukasi menggunakan *Booklet* di SMAN 1 Ledo Tahun 2025

Nilai	Sikap		Selisih
	Sebelum	Sesudah	
Median	42.00	45.00	3
Minimal	37	52	15
Maksimal	38	53	15
Std. Deviasi	3.458	3.811	353
<b>P-value</b>	<b>0,000</b>		

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan bahwa, median skor sikap sebelum dan sesudah di edukasi menggunakan *booklet* meningkat dari 42.00 menjadi 45.00 artinya setengah dari siswa memiliki nilai di atas 45, skor sikap sebelum diberikan edukasi yaitu berkisar antara 37 sampai 52, dan sesudah di edukasi nilai sikap berkisar antara 38 sampai 53. ini menunjukkan pemberian edukasi melalui media *booklet* terbukti efektif dalam meningkatkan sikap siswa terhadap materi yang disampaikan.

### Pembahasan

Media *booklet* berisikan tentang informasi yang peneliti akan sampaikan dan mencakup tentang pengertian anemia, pengertian hemoglobin, kadar hemoglobin, penyebab anemia, gejala anemia, dampak anemia, jenis-jenis anemia, masalah gizi yang berkaitan dengan anemia, faktor resiko anemia, cara pencegahan anemia, kelompok rentan anemia, makanan dianjurkan, makanan yang harus dihindari, tablet tambah darah, mitos dan fakta tentang anemia, responden diberikan intervensi berupa edukasi dengan *booklet* untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah edukasi menggunakan *booklet* terhadap pengetahuan dan sikap dalam mengkonsumsi tablet tambah darah, penelitian dilakukan selama 8x pertemuan, dimana hasil pengetahuan dan sikap menggunakan kuesioner. Responden dalam penelitian ini merupakan remaja berusia 15-19 tahun di SMAN 1 Ledo.

### Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri

Pengetahuan merupakan hasil dari pemahaman, yang

muncul setelah individu mengamati suatu objek tertentu. Dalam konteks ini, pengetahuan memiliki enam level, yaitu: Tahu, Memahami, Aplikasi, Analisis, Sintesis, dan Evaluasi. Salah satu aspek yang memengaruhi munculnya anemia adalah sejauh mana orang tersebut memahami anemia, meskipun ada beberapa faktor lain yang juga berkontribusi terhadap terjadinya anemia ( Sari 2020).

Hasil analisis statistik dalam penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pemberian media *booklet* terhadap pengetahuan. Hasil uji ini menggunakan uji *wilcoxon* diperoleh nilai *p – value* sebesar 0,00 (<0,05) sehingga disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan sesudah diberikan edukasi melalui media *booklet*. Sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan yang signifikan sesudah diberikan edukasi melalui media *booklet* pada remaja putri di SMAN 1 Ledo. Penelitian ini sejalan dengan (Iskandya, 2023). yang menyatakan bahwa ada pengaruh edukasi media *booklet* dengan tingkat pengetahuan remaja dalam upaya pencegahan stunting, serta penelitian (Efni & Fatmawati 2023) ada Pengaruh media *Booklet* dalam meningkatkan pengetahuan tentang Anemia pada remaja putri, serta sejalan dengan penelitian (Hutasoit & Utami 2023) menunjukkan terdapat pengaruh edukasi menggunakan media *booklet* untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan juga sejalan dengan penelitian (Milenyee, Sartika *et al*, 2024) menunjukkan ada pengaruh edukasi menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan siswi tentang anemia.

Salah satu faktor tingginya kejadian anemia adalah kurangnya pengetahuan tentang anemia. Pengetahuan yang kurang tentang anemia mempunyai pengaruh terhadap perilaku kesehatan pada remaja, pengetahuan yang kurang akan berakibat pada kurang optimalnya perilaku kesehatan remaja untuk mencegah terjadinya anemia. Remaja yang mempunyai pengetahuan kurang tentang anemia dapat berakibat pada kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi. Faktor lain yang berpengaruh terhadap kejadian anemia adalah pengetahuan. Pengetahuan gizi remaja merupakan kemampuan untuk menerapkan informasi tentang kebutuhan pangan dan nilai pangan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan yang kurang menyebabkan bahan makanan bergizi yang tersedia tidak dikonsumsi secara optimal (Purbadewi *et al*. 2013). berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan perlu adanya pendidikan kesehatan atau berupa penyuluhan dan sosialisasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia mengingat masih banyak remaja putri yang belum mengetahui tentang anemia serta pencegahannya (Yulianingsih



*et al.* 2021).

Hasil dari penelitian ini adalah responden mengisi kuesioner pengetahuan untuk melihat pengetahuan sebelum dan sesudah setelah diberikan Media *Booklet*. Setelah dilihat dari kuesioner sebelum dilakukan edukasi yang mereka isi masih banyak pertanyaan yang di jawab salah, masih ada pertanyaan yang kurang jelas sehingga mereka kurang paham. Setelah di edukasi menggunakan media *booklet* pengetahuan mereka meningkat. Media *Booklet* ini berisikan materi yang mengedukasi terkait anemia, pengertian anemia, pengertian hemoglobin, kadar hemoglobin, penyebab anemia, gejala anemia, dampak anemia, jenis-jenis anemia, masalah gizi yang berkaitan dengan anemia, faktor resiko anemia, cara pencegahan anemia, kelompok rentan anemia, makanan dianjurkan, makanan yang harus dihindari, tablet tambah darah, mitos dan fakta tentang anemia, terjadi peningkatan yang signifikan sesudah diberikan edukasi melalui Media *Booklet*, sehingga ada pengaruh dengan menggunakan media *booklet* yang dapat menambah pengetahuan terkait anemia. Faktor yang mempengaruhi terjadinya peningkatan pengetahuan yaitu tingkat pendidikan, tingkat pengalaman dan tingkat informasi. Penelitian ini bisa terjadi peningkatan dari segi informasi yang diberikan. Dimana informasi dikemas secara menarik dalam satu media dengan berbagai warna dan gambar. Sehingga dapat memberikan efek dalam peningkatan pengetahuan responden (Yulianingsih *et al.* 2021).

Pengetahuan siswi pada penyuluhan dengan menggunakan media *booklet* memiliki hasil yang lebih besar disebabkan adanya penggunaan media yaitu *booklet* yang memiliki beberapa kelebihan dalam peningkatan pengetahuan siswi. Kelebihan *booklet* adalah memberikan informasi dan penjelasan yang lebih lengkap, lebih terperinci dan edukatif serta penyusunan materi *booklet* dibuat sedemikian rupa agar menarik perhatian remaja putri. Selain itu, *booklet* memungkinkan responden mempelajari *booklet* sesuai kemampuan dan dalam keadaan santai sehingga informasi yang diterima lebih mudah dibandingkan dengan informasi yang diterima hanya dari mendengar saat penyuluhan (Imanuna 2022).

Media *booklet* pada penelitian ini memiliki sejumlah keunggulan yang menjadikannya sebagai salah satu media edukasi yang efektif dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri. *Booklet* disusun dalam bentuk cetakan kecil menyerupai buku sehingga praktis dibawa dan dapat dipelajari kapan saja sesuai kebutuhan peserta didik. Keunggulan ini memungkinkan responden untuk mengulang materi secara mandiri, sehingga proses internalisasi informasi berlangsung lebih optimal. Selain itu, *booklet* mampu memuat informasi yang lebih lengkap dibandingkan dengan media cetak lain seperti leaflet atau brosur, karena strukturnya memungkinkan penyajian materi yang lebih sistematis dan mendalam.

Dari sisi kebahasaan, *booklet* biasanya disusun menggunakan bahasa yang sederhana, komunikatif, dan mudah dipahami oleh sasaran, dalam hal ini remaja putri, sehingga pesan edukasi dapat tersampaikan dengan jelas.

Penyajian informasi dalam *booklet* juga didukung dengan ilustrasi gambar dan desain yang menarik, yang berfungsi tidak hanya sebagai daya tarik visual tetapi juga sebagai alat bantu untuk memperkuat pemahaman materi. Dengan demikian, *booklet* tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga mampu menumbuhkan minat baca dan keterlibatan aktif dari peserta didik.

*booklet* sebagai media edukasi kesehatan memiliki fungsi ganda, yaitu sebagai sumber informasi yang dapat diakses secara mandiri sekaligus sebagai bahan pendukung dalam kegiatan edukasi kelompok. Praktisnya penggunaan *booklet* membuat media ini mudah didistribusikan kepada sasaran dan tetap relevan meskipun digunakan dalam jangka waktu yang lebih lama. Dengan kombinasi keunggulan tersebut, *booklet* dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri sekaligus memengaruhi sikap remaja putri terhadap perilaku pencegahan anemia secara lebih efektif.

#### Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Sikap Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri

Sikap adalah kesiapan atau keinginan untuk melakukan tindakan, dan itu bukanlah pelaksanaan dari tujuan tertentu. Sikap bukanlah suatu tindakan atau aktivitas, melainkan merupakan kecenderungan untuk melakukan suatu perilaku. Sikap adalah kesiapan untuk merespons suatu objek dalam konteks tertentu. Sikap berkaitan dengan pengalaman terhadap objek tersebut dan dapat dianggap positif jika sikap tersebut menunjukkan kecenderungan untuk mendekati, menyukai, dan mengharapkan objek tertentu. Sikap dapat dianggap negatif ketika perilakunya cenderung menjauh, menghindar, membenci, dan tidak menyukai objek tertentu. Membangun sikap mendalam pada remaja perempuan. Mengonsumsi tablet Fe dapat terjadi karena adanya unsur kognitif, yaitu pengulangan pengetahuan yang diyakini oleh individu. (Andani *et al.*, 2020).

Hasil analisis statistik dalam penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pemberian media *booklet* terhadap sikap, diketahui bahwa sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media *booklet* memperoleh nilai negatif ranks yaitu 9, data ini menunjukkan bahwa ada 9 responden yang mengalami penurunan sikap, sedangkan nilai positive ranks sebanyak 38 data yang menunjukkan bahwa responden mengalami peningkatan, selain itu nilai ties 5 yang artinya 5 responden yang tidak mengalami perubahan sikap, jadi jumlah keseluruhan data ada 52. Hasil uji menggunakan uji wilcoxon diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan terjadi



peningkatan sikap yang signifikan sesudah diberikan edukasi melalui media *Booklet*. Sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan sikap yang signifikan sesudah diberikan edukasi melalui media *booklet* pada remaja putri di SMAN 1 Ledo. Penelitian ini sejalan dengan (Abdillah *et al*, 2023) yang menyatakan bahwa edukasi menggunakan *booklet* dapat meningkatkan sikap dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri, dan sejalan dengan penelitian (Revika *et al*, 2025) bahwa edukasi menggunakan *booklet* efektif dalam meningkatkan sikap remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah (TTD) serta sejalan dengan penelitian (Imanuna 2022) bahwa edukasi menggunakan *booklet* dapat meningkatkan sikap remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD).

Hasil dari penelitian ini adalah responden mengisi kuesioner sikap untuk melihat sikap sebelum dan sesudah setelah diberikannya Media *Booklet*. Setelah dilihat dari kuesioner sebelum dilakukan edukasi yang mereka isi masih banyak pernyataan yang di jawab salah, masih ada pernyataan yang kurang jelas sehingga mereka kurang paham. Setelah dilakukan edukasi dengan menggunakan *booklet* sikap mereka meningkat dan ada juga yang masih sama. Media *Booklet* ini berisikan materi yang mengedukasi terkait anemia, pengertian anemia, pengertian hemoglobin, kadar hemoglobin, penyebab anemia, gejala anemia, dampak anemia, jenis-jenis anemia, masalah gizi yang berkaitan dengan anemia, faktor resiko anemia, cara pencegahan anemia, kelompok rentan anemia, makanan dianjurkan, makanan yang harus dihindari, tablet tambah darah, mitos dan fakta tentang anemia, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan sesudah diberikan edukasi melalui media Media *Booklet*, sehingga ada pengaruh dengan menggunakan media *booklet* yang dapat menambah sikap remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Faktor yang mempengaruhi terjadinya peningkatan sikap dalam mengonsumsi tablet tambah darah yaitu tingkat pendidikan, tingkat pengalaman dari tingkat informasi penelitian ini bisa terjadi peningkatan dari segi informasi yang diberikan. Dimana informasi dikemas secara menarik dalam satu media dengan berbagai warna dan gambar. Sehingga dapat memberikan efek dalam peningkatan pengetahuan responden.

Pada penelitian ini, edukasi membantu remaja putri untuk mempertimbangkan dalam mengonsumsi TTD. Sikap sendiri dipengaruhi oleh kepercayaan terhadap suatu tindakan, pengetahuan terhadap suatu tindakan, evaluasi penilaian tindakan, dan kecenderungan untuk berindak. Edukasi mampu memberikan informasi yang diperlukan untuk menilai suatu tindakan. Sehingga diharapkan dapat meningkatkan sikap remaja putri menjadi sikap mendukung (Utami *et al*. 2024).

Media penelitian ini memiliki keunggulan dalam meningkatkan perubahan sikap remaja putri terhadap konsumsi tablet tambah darah karena penyajian informasinya sederhana, menarik, dan mudah dipahami. *Booklet* dapat dibaca berulang kali sehingga memperkuat

pengetahuan yang berhubungan erat dengan pembentukan sikap positif. Selain itu, media ini bersifat praktis, dapat dibawa serta dipelajari secara mandiri, dan menyajikan pesan yang konsisten kepada setiap penerima. Dengan demikian, *booklet* efektif digunakan sebagai media edukasi kesehatan yang mendorong kesadaran dan kemandirian remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

## Penutup

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh media *booklet* terhadap pengetahuan tentang anemia dan sikap dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 1 Ledo, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi melalui *Booklet* pada remaja putri di SMAN 1 Ledo dengan *p- value* 0,000
2. Terdapat pengaruh yang signifikan antara sikap sebelum dan sesudah dilakukan edukasi melalui *Booklet* pada remaja putri di SMAN 1 Ledo dengan *p- value* 0,000

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh media *booklet* terhadap pengetahuan tentang anemia dan sikap dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 1 Ledo maka disarankan hal-hal berikut:

1. Bagi Pihak Sekolah, mengingat hasil skor responden belum merata sehingga diperlukan edukasi lanjutan secara berkala untuk meningkatkan dan mempertahankan pengetahuan tentang anemia.
2. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan evaluasi pada media *booklet* untuk dikembangkan dengan desain visual yang lebih menarik dan ringkas agar memudahkan pemahaman serta meningkatkan minat baca siswa.

## Daftar Pustaka

- Abdillah, Muhammad Azra Inan et al. 2023. "Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mengonsumsi Tablet Tambah Darah." *Homeostasis* 5(3): 648.
- Adiputra, I Made Sudarma, Ni Wayan Trisnadewi, Ni Putu Wiwik Oktaviani, and Seri Asnawati Munthe. 2021. "Metodologi Penelitian Kesehatan."
- Agustianingsih, M, Fifiana, Nur Rahmawati



- Sholihah Rahma, and Budi Rahayu. 2024. "The Influence of jasa tami (Healthy Adolescents Without Anemia) Booklet Media On Adolescent Girls In Islamic Boarding Schools Mizanul 'Ulum Sanrobone In 2023." *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)* 6(2): 195–204.
- Akbar Handoko, M.Pd. & Anisa Mahda Rizki. 2020. *Standar Nasional Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR): Buku Ajar*.
- Andani, Yuke, Farida Esmianti, and Sri Haryani. 2020. "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah ( Ttd ) Di Smpnegeri I Kepahiang." *Jurnal Kebidanan Besurek* 5(2): 55–62. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/download/744/600>.
- Anemia, Kejadian et al. 2013. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Terhadap Terwujudnya Sebuah Perilaku Kesehatan . Apabila Ibu Hamil Mengetahui Dan Accidental Sampling Yaitu Teknik." 2(April): 31–39.
- Aspar, Muhammad, Imam Mujtaba, Mutiarani, and Safika Aulia Dwi Putri. 2020. "Pemanfaatan Media Pembelajaran Ular Tangga Dalam Meningkatkan Semangat Belajar Siswa." *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*: 1–8.
- Astutik, R Y, and Dwi Ertiana. 2018. *Anemia Dalam Kehamilan*. Jawa Timur: CV Pustaka Abadi.
- Dinkes Kalbar. 2023. "Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat 2022." *Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat* (7): 1–215. [www.dinkes.kalbarprov.go.id](http://www.dinkes.kalbarprov.go.id).
- Djamilah, Siti, and Widya Ributiati Utama. 2022. "Pengaruh Sikap Kemandirian, Motivasi, Kecerdasan Emosional, Pendidikan Kewirausahaan Terhadap Minat Berwirausaha (Studi Pada Wilayah Driyorejo Gresik)." *Jurnal Manajemen dan Bisnis* 1(2): 91–99.
- Dwi Aridya, Nurulliza, Elsa Yuniarti, Yusni Atifah, and Siska Alicia Farma. 2023. "The Differences Erythrocyte and Hemoglobin Levels of Biology Students and Sports Students Universitas Negeri Padang." *Serambi Biologi* 8(1): 38–43.
- Efni, N, and T Y Fatmawati. 2023. "Pengaruh Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia Remaja Putri." *Prosiding Seminar Kesehatan Nasional* 2: 83–88. <https://prosiding.stikba.ac.id/index.php/prosidingbaiturrahim/article/view/182%0Ahttps://prosiding.stikba.ac.id/index.php/prosidingbaiturrahim/article/download/182/83>.
- Faridah, Umi Faridah, Indanah Indanah, and Arnetta Putri. 2021. "Hubungan Tipe Kepribadian Dengan Kecerdasan Spiritual Pada Remaja Di Smp It Assa'Idiyyah Mejobo Kudus." *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* 12(2): 318.
- Haderiah, Djawad Khadijah. 2022. "Perilaku Penjamah Makanan Dalam Penerapan Higiene Sanitasi Pengolahan Makanan Di RSUD ANDI MAKKASAU Kota Pare Pare." *Sulolipu : Media Komunikasi Sivitas Akademika dan Masyarakat* 22(1): 27–37.
- Hasanah, H, and Y P Rusady. 2023. "Pemberian Edukasi Tablet Fe Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Assalafiyah Duko Barat Desa Pakong Kecamatan Pakong ...." *Community ...* 4(2): 2987–91. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/10268%0Ahttp://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/download/10268/11581>.
- Hutasoit, Masta, Yanita Trisetiyaningsih, and Khristina Diaz Utami. 2023. "Booklet Sebagai Media Edukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia." *Faletehan Health Journal* 10(02): 137–41.
- Imanuna, Hibatullah. 2022. "Penyuluhan Anemia Gizi Besi Menggunakan Media Booklet Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Siswi SMAN 7 Malang." *Nutriture Journal* 1(1): 1.
- Miftah, M. 2013. "Jenis Media." *Jurnal Kwangsan* 1(2): 95.
- Milenyca, Era, Rini Sartika, and Ria Setia Sari. 2024. "Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Dengan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Remaja Putri." *Journal of Midwifery Medani* 11(1): 48–55.
- Muyassaroh, Yanik, and Septalia Isharyanti. 2020. "The Influence of Audiovisual Media and Booklet of "secantik tami" (Sehat Dan Cantik Tanpa Anemia)" On Adolescent Knowledge And Attitudes About Premarital Anemia." *Jurnal Kesehatan Madani Medika* 11(02): 129–38.
- Novita Sari, Eka. 2020. "Novita Sari, Eka. 2020.



- ‘Open Acces Acces.’ *Jurnal Bagus* 02(01): 402–6.”  
*Jurnal Bagus* 02(01): 402–6.
- Nurfadhillah, Septy, Dwi Aulia Ningsih, Putri Rizky Ramadhania, and Umi Nur Sifa. 2021. “Peranan Media Pembelajaran Dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa SD Negeri Kohod III.” *PENSA : Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial* 3(2): 243–55.
- Nurfatimah, Nurfatimah, Jaeratni Sulaeman, and Mercy Joice Kaparang. 2023. “Media Edukasi Buklet Dan Pendidikan Kesehatan Berpengaruh Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Trimester III Pada ASI Eksklusif: Penelitian Kuasi Eksperimen.” *Health Information : Jurnal Penelitian* 15(2): 225–35.
- Pariati, Pariati, and Jumriani Jumriani. 2021. “Gambaran Pengetahuan Kesehatan Gigi Dengan Penyuluhan Metode Storytelling Pada Siswa Kelas Iii Dan Iv Sd Inpres Mangasa Gowa.” *Media Kesehatan Gigi : Politeknik Kesehatan Makassar* 19(2): 7–13.
- Proverawati, Atikah. 2018. *Anemia Dan Anemia Dalam Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Puspitaningrum, Wanodya, Farid Agushyana, Atik Mawarni, and Djoko Nugroho. 2017. “Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terkait Kebersihan Dalam Menstruasi Di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan II Tahun 2017.” *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 5(4): 2356–3346.  
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/viewFile/18362/17442>.
- Putri, N., dan Saino. 2020. “pengembangan booklet sebagai media pembelajaran materi perlindungan konsumen kelas xi bdp di smkn mojoagung Nirmalasari Meilia Putri Saino.” *Jurnal Pendidikan Tata Niaga (JPTN)* 8(3): 925–31.
- Raden Vina Iskandya Putri1, Tsani Aulia Rachman. 2023. “”pengaruh edukasi media booklet tablet fe pada remaja putri sebagai upaya mencegah stunting” pengaruh edukasi media booklet tablet fe pada remaja putri sebagai upaya mencegah stunting 2(3): 310–24. <https://bnr.bg/post/101787017/bsp-za-balgaria-e-pod-nomer-1-v-buletinata-za-vota-gerb-s-nomer-2-pp-db-s-nomer-12>.
- Revika, Era, Setyorini Retno Heru, and Fitriani Mediastuti. 2025. “1+Jik-Review-Revisi+1+Era+Revika.” 1: 1–8.
- Riskesdas Nasional. 2018. “laporan nasional.”
- Sherly Dea Amanda, and Kamidah Kamidah. 2024. “Pengaruh Pemberian Telur Rebus Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia Di SMA Negeri 07 OKU.” *Calory Journal : Medical Laboratory Journal* 2(3): 1–12.
- Susanti, Zulfiana Affrida, and Eni Fariyatul Fahyuni. 2020. “Jenis Jenis Media Dalam Pembelajaran.” *Umsida* 1(1): 1–17.
- Utami, Kusniyati, Haryani Haryani, Melati Inayati Albayani, and Agus Supinganto. 2024. “Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri.” *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)* 6(3): 408–16.
- WHO. 2021. *World Health Statistics*.
- Widyastuti, Suciati Rahayu. 2022. “Pengembangan Skala Likert Untuk Mengukur Sikap Terhadap Penerapan Penilaian Autentik Siswa Sekolah Menengah Pertama.” *Aswaja* 3(2): 57–76.
- Yudesti, Eriska, and Achmad Djamil. 2024. “Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Booklet Terhadap Tindakan Pencegahan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Di SMPN 4 Tulang Bawang Barat.” 9(2): 84–103.
- Yulianingsih, Endah et al. 2021. “Penggunaan Booklet Terhadap Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri.” *Journal Midwifery Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Gorontalo* 6(2): 63.
- Zainaro, M. Arifki, and Fara Millinia Suwares. 2021. “Edukasi Masyarakat Tentang Covid-19 Di Kelurahan Negeri Jaya Kecamatan Negeri Besar Kabupaten Way Kanan.” *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)* 4(6): 1514–18.