

## **Efektivitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Anemia Remaja Putri di SMPN 8 Satap Mantewe Kabupaten Tanah Bumbu Tahun 2024**

**Leli Safitri<sup>1</sup>, Suhwardi<sup>2</sup>, Efi Kristiana<sup>3</sup>, Isnaniah<sup>4</sup>**

*<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Leli Safitri

**E-mail:** [safitri198@gmail.com](mailto:safitri198@gmail.com)

### **Abstrak**

*Data SMPN 8 Satap Mantewe menunjukkan siswi yang memiliki Kadar Hb normal sebanyak 55%, yang mengalami anemia ringan sebanyak 24,7%, anemia sedang 18,5% dan anemia berat 1,8%. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis efektivitas media leaflet terhadap tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMPN 8 Satap Mantewe Kabupaten Tanah Bumbu tahun 2024. Penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperiment dengan rancangan One Group Pre-test Post-test Design. Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Leaflet dan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia. Teknik sampling yang digunakan adalah Total Sampling sebanyak 48 siswi kelas VII. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon dan Mann Whitney dengan nilai signifikansi 0,05. Hasil menunjukkan tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebesar 50,31 meningkat menjadi 94,79. Terdapat efektivitas leaflet terhadap tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri dengan p value 0,000 ( $p < 0,05$ ). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah media leaflet efektif terhadap peningkatan pendidikan kesehatan dan peningkatan tingkat pengetahuan remaja*

**Kata kunci** - Leaflet, Anemia, Remaja Putri

### **Abstract**

*Data from SMPN 8 Satap Mantewe shows that 55% of female students have normal Hb Levels, 24,7% have mild anemia, 18,5% have moderate anemia and 1,8% have severe anemia. To analyze the effectiveness of leaflet media on the level of knowledge about anemia in adolescent girls at SMPN 8 Satap Mantewe, Tanah Bumbu Regency in 2024. Quantitative Research with quasi-experimental Design and One Group Pre-Test Post-Test design. With the Independent variable being. Health Education Using Leaflet Media and the Dependent Variable being the level of Knowledge of Young Women About Anemia. The Sampling technique used was total sampling of 48 seventh grade students. Data analysis used the Wilcoxon test and the Mann Whitney test with a significance value of 0,05. The results showed that the level of before being given health education 50,32 increasing to 94,79. There was an effectiveness of leaflets on the level of knowledge about anemia in adolescent girls with a p value of 0,000 ( $p > 0,05$ ). The conclusion is There is effectiveness of health education through leaflet media on level of knowledge of anemia in adolescent girls with a p value 0,000 ( $p > 0,05$ )*

**Keywords** - Leaflet, Anemia, Teenage

## PENDAHULUAN

Menurut WHO (2022) masa remaja adalah fase kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun. Batas rentang waktu usia remaja terbagi 3 yaitu terdiri dari masa remaja awal (berusia 12- 15 tahun), masa remaja madya atau pertengahan (berusia 15-18 tahun), masa remaja akhir (berusia 19-21 tahun). (Karlina, 2020).

Remaja adalah tahap umur setelah masa kanak-kanak berakhir, ditandai oleh pertumbuhan fisik yang cepat. Fase remaja merupakan fase yang rentan terhadap resiko kesehatan karena didalam fase remaja, terjadi perkembangantubuh yang pesat sehingga diperlukan sumber zat gizi yang cukup. Akan tetapi, kebutuhan gizi yang cukup tersebut sering diabaikan oleh para remajasehingga akan tampak beberapa masalah kesehatan yang ditimbulkan sepertikejadian anemia pada remaja putri. (Kusnadi, 2021).

Anemia adalah kondisi dimana berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau masa hemoglobin yang rendah sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen keseluruh jaringan. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut WorldHealth Organization (WHO), prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7%. Permasalahan gizi yang dihadapi remaja salah satunya adalah masalah anemia (Kemenkes RI, 2018).

Kejadian Anemia pada remaja putri di Indonesia 37,1% berdasarkan data Riskesdas 2018 mengalami peningkatan menjadi 48,9%. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5 - 14 tahun sebesar 26,4% sedangkan penderita anemia berumur 15 - 24 tahun sebesar 18,4 % (Kemenkes, 2018). Prevalensi anemia di Kalimantan Selatan masih cukup tinggi yaitu sebesar 17,8% dan beberapa kabupaten memiliki angka kejadian anemia pada remaja di atas rata-rata yaitu HSU 29,9%, Barito Kuala 28,95% dan Kota Banjarbaru 26,17%. (Yuniarti, 2021).

Data bulan Januari 2023 menunjukkan remaja (kelas 7-10) yang di skrining anemia sebanyak 3.316 remaja, 923 remaja mengalami anemia (27,8%). Berdasarkan data yang diperoleh dari SMPN 8 Satap Mantewe pada kelas 8 dan 9 menunjukkan yang memiliki kadar Hb normal sebanyak 55%, yang mengalami anemia ringan sebanyak 24,7%, anemia sedang 18,5% dan yang mengalami anemia berat 1,8%.

Faktor utama penyebab anemia adalah asupan zat besi yang kurang. Sekitar dua per tiga zat besi dalam tubuh terdapat dalam sel darah merah hemoglobin. Anemia dapat menimbulkan risiko pada remaja putri baik jangka panjang maupun dalam jangka pendek. Dalam jangka pendek anemia dapat menimbulkan keterlambatan pertumbuhan fisik, dan maturitas seksual tertunda. Dampak jangka panjang remaja putri yang mengalami anemia adalah sebagai calon ibu yang nantinya hamil, maka remaja putri tidak akan mampu memenuhi zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya yang dapat menyebabkan komplikasi pada kehamilan dan persalinan, risiko kematian maternal, angka prematuritas, BBLR dan angka kematian perinatal. (Nuraeni, 2019).

Tindakan untuk mencegah dan mengurangi prevalensi anemia dengan meningkatkan asupan zat besi melalui pendekatan berbasis pemberian makanan , fortifikasi makanan dengan zat besi dan suplemen zat besi. Pemberian Suplemen zat besi mingguan telah berhasil menurunkan kejadian anemia di beberapa negara, melalui program pemberian *Weekly Iron FolicAcid Supplementation* (WIFAS) (Rohani, 2022).

Berdasarkan masalah yang telah di paparkan maka peneliti tertarik untuk meneliti efektivitas media leaflet terhadap tingkat pengetahuan anemia remaja putri SMPN 8 Satap Mantewe Kabupaten Tanah Bumbu yang dilakukan di kelas 7 sebagai antisipasi agar siswa yang baru memasuki jenjang SMP ini dapat menerapkan perilaku pencegahan anemia dan menambah pengetahuan tentang bahaya anemia agar seterusnya mereka tidak mengalami anemia dikemudian hari

## TINJAUAN PUSTAKA

### 1. Konsep Dasar Pengetahuan

Pengetahuan (knowlegde) adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu, tanpa pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi. Notoatmodjo (2014) menjelaskan bahwa, pengetahuan adalah hal yang diketahui oleh orang atau responden yang terkait dengan sehat dan sakit atau kesehatan, misalnya tentang penyakit (penyebab, cara penularan, cara pencegahan), gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, kesehatan lingkungan, keluarga berencana, dan sebagainya (Henry et al., 2020).

Faktor- faktor yang mempengaruhi pengetahuan ada tujuh faktor- faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu (Pariati & Jumriani, 2020) pendidikan, pekerjaan, umur, minat, pengalaman, dan kebudayaan. Dalam penelitian, pengukuran variabel menjadi sangat penting. Pengukuran variabel dapat dilakukan dengan menggunakan alat ukur. Khusus untuk variabel pengetahuan, alat atau instrumen yang dapat dan umum digunakan adalah dengan list pertanyaan yang menanyakan tentang pengetahuan.

### 2. Konsep Dasar Anemia Pada Remaja Putri

Anemia adalah suatu keadaan dengan kadar hemoglobim darah yang lebih rendah daripada normal sebagai ketidakmampuan jaringan pembentuk sel darah merah dalam produksinya guna mempertahankan kadar hemoglobin pada tingkat normal. (Jitowiyono, 2018).

Beberapa tanda anemia yang sering terjadi pada remaja, yaitu sering mengeluh pusing dan mata berkunang- kunang, badan akan terasa lesu, lemah, letih, lelah, lunglai, dan gejala lainnya. Gejala muncul menjadi pucat berada pada kelopak mata, kulit, telapak tangan, bibir, dan lidah. Gejala anemia adalah respon kompensasi jantung dan pernapasan berdasarkan berat badan dan durasi hipoksia. Tanda dan gejala anemia adalah pasien merasakan lelah, sakit kepala, tinitus, pusing, cepat lelah, lekas marah, gangguan pencernaan, sesak napas, nadi lemah dan cepat, *hipotensi ortostatik*. (Manikam, 2022).

Salah satu penyebab remaja putri mengalami anemia ialah karena rematri dan WUS yang mengalami haid akan kehilangan darah setiap bulan sehingga membutuhkan zat besi dua kali lipat saat haid. Rematri dan WUS juga terkadang mengalami gangguan haid seperti haid yang lebih panjang dari biasanya atau darah haid yang keluar lebih banyak dari biasanya.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah *quasy eksperiment* dengan rancangan *One Group Pre-test Post-test Design*. Rancangan penelitian ini digunakan untuk mengetahui perbedaan efektivitas media leaflet terhadap pengetahuan remaja tentang anemia menggunakan kuesioner. Populasi adalah remaja putri kelas VII SMPN 8 Satap Mantewe yang berjumlah 48 siswii dengan sampel sebanyak 48 orang dengan teknik pengambilan sampel *Total Sampling*. Data yang diperoleh diolah secara manual, disajikan dalam tabel dan dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dan uji *Mann Whitney*.

## PEMBAHASAN

### 1. Tingkat Pengetahan Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan

Tabel 1.

Pengetahuan Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia dengan Media Leaflet

| Pengetahuan | N  | Mean  | Min | Max | Std Deviation |
|-------------|----|-------|-----|-----|---------------|
| Pre-Test    | 48 | 50,31 | 20  | 73  | 12.728        |

Sumber : Data Primer, 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata skor pengetahuan remaja tentang anemia adalah 50,31. Skor terendah yaitu 20 dan skor tertinggi yaitu 73. Dalam penelitian ini sebelum diberikan pendidikan kesehatan siswa menggunakan banner yang berisi tentang anemia secara singkat.

Anemia adalah keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam sel darah merah berada di bawah normal. Perilaku seseorang dipengaruhi oleh faktor predisposisi salah satunya adalah usia. Usia remaja putri yang berisiko menderita anemia yaitu 11 – 19 tahun dikarenakan selama satu bulan sekali akan mengalami haid sehingga membuat kebutuhan zat besi akan relative lebih tinggi. Para remaja putri yang memiliki rentang waktu lama dan banyak saat kedatangan bulan maka akan membutuhkan zat besi yang banyak. (Savitri, et al 2021).

Selain itu, sumber informasi menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku remaja dalam pencegahan anemia. Media yang dipilih haruslah efisien dan efektif untuk memungkinkan remaja mendapatkan pendidikan gizi sehingga mereka dapat menggunakan informasi tersebut dengan cepat dan menjamin mereka mendapatkannya. meningkatkan ide, perhatian, dan kemauan mereka untuk berpartisipasi dalam membaca, metode penyuluhan dan media banner memiliki kekuatan untuk mempengaruhi kognisi dan sikap remaja putri. (Ummah, et al 2024).

Banner adalah media promosi yang berisi pesan atau berita yang menjadi informasi untuk khalayak ramai dan juga menjadi bahasa promosi untuk berdagang yang akan menarik minat para konsumen untuk mengenali sebuah produk yang diiklankan. Hal ini sejalan dengan penelitian (Mahrita, et al 2024) yang menunjukkan peningkatan rata-rata pengetahuan siswi di MTS Siti Khadijah Tapin Utara sebelum diberikan penyuluhan menggunakan media Banner sebesar 74,44, kemudian setelah diberikan penyuluhan menggunakan media banner rata-rata pengetahuan siswi meningkat menjadi 97,77.

Berdasarkan pendapat peneliti, penggunaan banner sebagai media tambahan dalam memberikan informasi kepada siswi cukup baik karena minimnya pengetahuan tentang anemia di kalangan remaja putri membuat banyak dari mereka kurang baik dalam mengatur pola makan sehingga terjadi sikap dan perilaku pencegahan anemia yang kurang baik, dengan adanya banner yang dipasang di lingkungan sekolah membuat siswi dapat membaca informasi tentang pencegahan anemia pada remaja. Penggunaan banner menjadikan pesan atau informasi dapat disampaikan dengan cara yang sederhana namun efektif. Media ini memungkinkan pengaturan urutan penyajian informasi yang fleksibel dan dapat dengan mudah dipersiapkan.

## 2. Tingkat Pengetahuan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan

Tabel 2.

Pengetahuan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia dengan Media Leaflet

| Pengetahuan | N  | Mean  | Min | Max | Std Deviation |
|-------------|----|-------|-----|-----|---------------|
| Post-Test   | 48 | 94,79 | 67  | 100 | 7,933         |

Sumber : Data Primer, 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata skor pengetahuan remaja adalah 94,79. Skor terendah yaitu 67 dan skor tertinggi yaitu 100.

Pengetahuan remaja dapat mempengaruhi sikap dan perilaku remaja putri dalam memilih makanan yang dikonsumsinya (Putri, et al 2021). Remaja putri yang berpengetahuan baik lebih giat melakukan pencegahan anemia dibandingkan remaja putri yang berpengetahuan buruk (Kusnadi, 2021).

Hasil ini didukung oleh penelitian (Hadina, 2022) yang menunjukkan ada pengaruh edukasi dengan media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia saat menstruasi di SMP 19 Palu. Pengetahuan dapat bertambah atau meningkat dengan memberikan edukasi menggunakan berbagai macam media yaitu baik media cetak maupun media elektronik.

Berdasarkan pendapat peneliti, media edukasi dapat mendukung jalannya sosialisasi yang akan berlangsung. Pendidikan kesehatan melalui media *leaflet* dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan, merubah perilaku hidup. *Leaflet* merupakan suatu media berupa lembaran yang dilipat untuk penyampaian informasi atau pesan kesehatan, diharapkan dengan media *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia.).

3. Pengaruh Media E-Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Mahasiswa Tentang Pencegahan HIV/AIDS

Tabel 3.  
Pengaruh Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Mahasiswa Tentang Pencegahan HIV/AIDS

| Pengetahuan | N  | Mean  | Min | Max | Std Deviation | P Value |
|-------------|----|-------|-----|-----|---------------|---------|
| Pre-Test    | 48 | 50,31 | 20  | 73  | 12,728        | 0,000   |
| Post-Test   | 48 | 94,79 | 67  | 100 | 7,933         |         |

Sumber : Data Primer, 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata skor pengetahuan remaja sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan sebesar 50,31, kemudian setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 94,79. Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan *p-value* 0,000, yang berarti bahwa  $p < 0,05$ , artinya  $H_0$  diterima yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan melalui media *Leaflet* terhadap peningkatan skor pengetahuan remaja.

Kurangnya informasi dan kurang mampunya penerapan informasi tentang anemia pada remaja khususnya remaja putri memerlukan adanya upaya edukasi. Penggunaan media dalam penyampaian materi pembelajaran sangat bervariasi, misalnya melalui media audio (audio), media audiovisual, dan media cetak (visual). (visual). Media yang tersedia antara lain adalah *leaflet*. (Lestari, et al 2024).

*Leaflet* merupakan bahan yang dicetak dalam bentuk lembaran yang dapat dilipat tetapi tidak dimatikan. Agar dapat terlihat lebih menarik, *leaflet* dirancang dengan sermat dan dilengkapi gambar dengan Bahasa yang sederhana, singkat dan mudah dipahami. Kelebihan *leaflet* ini adalah proses pengembangan relatif cepat, efektif untuk pesan yang singkat dan padat dan mudah dibawa. (Mulyati & Cahyani, 2020).

Hasil ini didukung oleh penelitian (Nurmadinisia, 2023) yang menyatakan terdapat pengaruh penyuluhan dengan peningkatan pengetahuan siswi (nilai  $p = 0,001 < 0,05$ ). *Leaflet* dinilai lebih mudah untuk dibawa dan disebarkan kepada siswa, ukurannya ringkas dan ringan serta dari segi komunikasi diharapkan dapat langsung dipahami oleh siswa.

Hasil penelitian, salah satu keuntungan dari media *leaflet* adalah bentuk yang ringkas tetapi informasi yang disampaikan sudah ada semua, desain yang cukup menarik sehingga membuat yang mendapatkan informasi tersebut akan menyimpan media informasi itu, dengan begitu mereka bisa membaca kembali informasi yang sudah diberikan melalui media *leaflet* tersebut. Sehingga pengetahuan remaja mengenai anemia mengalami peningkatan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui media *leaflet*.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan efektivitas pendidikan kesehatan melalui media leaflet terhadap tingkat pengetahuan tentang anemia remaja putri pada 48 mahasiswa, maka dapat dibuat kesimpulan bahwa ada pengaruh media *leaflet* (*p value* 0,000) terhadap peningkatan pengetahuan tentang anemia pada siswi di SMPN 8 Satap Mantewe dengan  $P < 0,05$ .

## DAFTAR PUSTAKA

- Adventus, J. (2019). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Jakarta: Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia.
- Jitowiyono, S. (2018). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien dengan Gangguan Sistem Hematologi*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 147-158.
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 1293-1298.
- Lestari, L, Heryani, H., & Ariani, D. (2024). Edukasi Anemia pada Remaja Putri Melalui E-Leaflet Berbasis Whatsapp Messenger. *Archive: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 3(2). 349-359
- Mahadewi, N. L. P. I. (2021). Perbandingan Pengetahuan Pentingnya Konsumsi tablet Tambah Darah Melalui Penyuluhan kesehatan dengan Video dan Leaflet. *Bali Health Journal*, 5(1), 49-57
- Manikam, R. M. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Santriwati di Kota Bekasi. *Jurnal Sains Kesehatan*, 1-11
- Nuraeni, R. (2019). Peningkatan Kadar Hemoglobin melalui Pemeriksaan dan Pemberian Tablet Fe Terhadap Remaja yang Mengalami Anemia Melalui "Gerakan Jumat Pintar". *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 200-221.
- Nurmadinisia, R., Wulansari, P., & Hidayah, A. J. (2023). Pengaruh Edukasi Pencegahan Anemia Menggunakan Media Powerpoint dan leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Saat Menstruasi Pada Siswi Sekolah Menengah Kesehatan. *Jurnal Mitra Kesehatan (JMK)*, 5(2), 169-177.
- Savitri, M. K., et al.. (2021). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri: A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), 43-49
- Yuniarti. (2021). Anemia Pada Remaja Putri di Kecamatan Cempaka Kota Banjarbaru. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2253-2262.