

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia di Kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya Tahun 2024

The Effect of Health Education on Increasing Adolescent Girls Knowledge About Anemia Preverention in Class X SMK Karsa Mulya Palangka Raya City Year 2024

Alviani Chinda Rusmery^{1*}

Mariaty A. Sangkai²

Pamela Dewi Widuri³

Prodi Kesehatan Masyarakat,
STIKES Eka Harap, Palangka
Raya, Kalimantan Tengah,
Indonesia

*email:

alvianichinda48@gmail.com

Abstrak

Remaja putri memiliki resiko paling tinggi menderita anemia disebabkan oleh beberapa hal, seperti remaja pada masa pertumbuhan dan ketika remaja putri mengalami menstruasi, pada saat ini proses perubahan fisiologi tubuh akan meningkatkan resiko anemia. Anemia merupakan suatu keadaan kadar hemoglobin lebih rendah dari nilai normal (12 gr/dL). Pengetahuan sangat penting perannya bagi remaja putri untuk mengetahui berbagai hal yang berkaitan dengan pencegahan anemia. Pendidikan kesehatan menjadi upaya dalam pencegahan primer dalam pencegahan anemia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia. Penelitian ini menggunakan *pre-experimental design* dengan jenis penelitian yaitu *one group pre-test and post-test*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 58 responden, yaitu siswi kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* ($p\text{-value}=0,000$ atau $p<0,05$), yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan pada pemberian pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya. Kesimpulan pada penelitian ini yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode ceramah terbukti efektif dalam menyampaikan informasi pada remaja putri. Oleh karena itu, pihak sekolah dapat bekerja sama dengan fasilitas kesehatan terkait pemberian pendidikan secara rutin tentang pencegahan anemia guna meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia bersamaan dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD).

Kata Kunci:

Pendidikan Kesehatan
Pengetahuan
Remaja Putri
Anemia

Keywords:

Health Education
Knowledge
Adolescent Girls
Anemia

Abstract

Adolescent girls have the highest risk of suffering from anemia due to several things, such as adolescence during growth and when adolescent girls experience menstruation, at this time the process of changing body physiology will increase the risk of anemia. Anemia is a state of hemoglobin levels lower than the normal value (12 gr/dL). Knowledge is very important for adolescent girls to know various things related to anemia prevention. Health education is an effort in primary prevention in the prevention of anemia. The purpose of this is to determine the effect of health education on increasing adolescent girls knowledge about anemia prevention. This study used a *pre-experimental design* with the type of research, namely *one group pre-test and post-test*. The sample in this study amounted to 58 respondents, namely class X girls students of SMK Karsa Mulya Palangka Raya City. The sampling technique used *total sampling*. Data analysis using the *Wilcoxon Signed Rank Test*. The results of the *Wilcoxon Signed Rank Test* ($p\text{-value}=0.000$ or $p<0.05$), which means that there is a significant effect on the provision of health education on increasing the knowledge of adolescent girls about anemia prevention in class X SMK Karsa Mulya Palangka Raya City. The Conclusion of this research are there is a significant effect of providing health education on increasing adolescent girls knowledge about anemia prevention. This shows that health education using the lecture method is effective in delivering information to adolescent girls. Therefore, schools can collaborate with health facilities to provide routine education on anemia prevention to increase adolescent girls knowledge about anemia prevention along with the provision of Blood Additive Tablets (BAT).



PENDAHULUAN

Remaja putri memiliki resiko paling tinggi menderita anemia disebabkan oleh beberapa hal, seperti remaja pada masa pertumbuhan dan ketika remaja putri mengalami menstruasi, pada saat ini proses perubahan fisiologi tubuh akan meningkatkan resiko anemia (Sari, dkk., 2022). Anemia paling sering terjadi pada remaja putri karena tingkat kebutuhan remaja putri akan gizi sangat tinggi (Suminar, dkk., 2021).

Anemia adalah suatu kondisi dimana sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh, anemia didefinisikan sebagai suatu keadaan kadar hemoglobin di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal (Permatasari, dkk., 2020). Menurut World Health Organization (WHO), anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi Hemoglobin (Hb) lebih rendah atau di bawah batas normal, yakni 12 gram/dL untuk remaja. Anemia menjadi salah satu masalah gizi di dunia yang perlu mendapat perhatian khusus termasuk di negara berkembang seperti Indonesia.

Berdasarkan laporan WHO menyatakan bahwa lebih dari 30% atau 2 milyar orang di dunia berstatus anemia. Prevalensi anemia di Indonesia, yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 57% berumur 15-24 tahun. Data tersebut menunjukkan bahwa anemia merupakan masalah gizi yang sering dialami oleh remaja (Kamilah, 2021). Pada Riskesdas (2018) melaporkan bahwa terdapat 20 provinsi dengan angka prevalensi anemia yang lebih besar dari angka rata-rata Indonesia, salah satunya adalah pulau Kalimantan, yakni Kalimantan Timur sebesar 13,9%, Kalimantan Tengah sebesar 12,7%, Kalimantan Barat sebesar 11,9% dan Kalimantan Selatan sebesar 10,9% (Theresia, dkk., 2021). Data Profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2021 di Provinsi Kalimantan Tengah, menunjukkan bahwa persentase remaja putri memperoleh Tablet Tambah Darah (TTD) sebesar 18,9%. Sedangkan pada data Profil

Kesehatan Indonesia Tahun 2020 di Provinsi Kalimantan Tengah, menunjukkan bahwa persentase remaja putri yang memperoleh TTD sebanyak 55,5%. Hal ini menunjukkan terjadinya penurunan dalam pemberian TTD pada remaja putri sebesar 36,6% (Aprilianti, 2021).

Di Kota Palangka Raya pada penelitian sebelumnya dilaporkan 74% remaja putri di SMA menderita anemia (Shaleha, 2020). Berdasarkan data rekapitulasi yang diperoleh dari Profil Kesehatan UPTD Puskesmas Menteng menunjukkan bahwa bulan Agustus tahun 2023, prevalensi remaja putri yang menderita anemia sebanyak 13 remaja putri dan di bulan Februari tahun 2024 prevalensi remaja putri yang menderita anemia sebanyak 49 remaja putri, sehingga dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan remaja putri yang menderita anemia di wilayah kerja UPTD Puskesmas Menteng. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh Anggraeni (2020) di SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya dari 58 responden, persentase remaja putri mengalami anemia adalah 51,72%. Angka ini menunjukkan masih tingginya kejadian anemia remaja putri pada SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya didapatkan jumlah 4 kelas X sebanyak 225 remaja putra dan 58 remaja putri. Dilakukan wawancara singkat kepada 10 remaja putri dengan pertanyaan berupa pengertian anemia, tanda dan gejala anemia, penyebab anemia, dampak anemia dan bagaimana mencegah anemia, terdapat dimana hasil 6 remaja putri ketika ditanyakan pengertian anemia, tanda dan gejala anemia, penyebab anemia, dampak anemia dan bagaimana mencegah anemia masih tidak tahu dan 4 remaja putri lainnya cukup mengetahui pengertian anemia, tanda dan gejala anemia, akan tetapi penyebab anemia, dampak anemia dan bagaimana mencegah anemia masih belum tahu.

Gejala klinis anemia dapat berupa lesu, lemah, pusing, mata berkunang-kunang, dan wajah pucat. Dampak

anemia pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional. Hal ini mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun, mudah lemas, lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun serta dapat mengakibatkan produktivitas kerja yang rendah. Anemia pada remaja putri memiliki dampak yang signifikan pada fase kehidupan berikutnya. Penurunan produktivitas dan prestasi dalam belajar merupakan dampak jangka pendek pada remaja (Nurrahman, dkk., 2021).

Dalam mencegah terjadinya anemia pada remaja putri, maka pengetahuan remaja putri perlu ditingkatkan lagi oleh tenaga kesehatan masyarakat. Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan dalam memberikan dan meningkatkan pengetahuan tentang anemia dengan cara mendeteksi dini dan memberikan pendidikan kesehatan sedini mungkin pada remaja putri (Putrianti & Krismiyati, 2019). Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah anemia pada remaja, berdasarkan program pemerintah Indonesia, yaitu melakukan pemberian suplemen zat besi atau tablet tambah darah secara gratis khususnya pada remaja putri. Upaya lain yang dapat mencegah anemia pada remaja, yaitu dengan menampilkan suatu informasi kesehatan melalui beberapa media dan metode. Penggunaan media dapat mempermudah dalam penyampaian informasi dan mempermudah audiens dalam menerima informasi (Suprpto et al., 2022).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dilakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya tahun 2024.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *pre-experimental design type one group pre-test and post-test*. Desain ini digunakan untuk melihat peningkatan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia pada remaja putri di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang berada di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya yang berjumlah 58 remaja putri. Sampel penelitian akan dikumpulkan dengan menggunakan teknik *total sampling*.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang diadopsi dari penelitian yang telah dilakukan oleh Annisa Fitri Adilla (2021) dengan jumlah 10 pertanyaan dan bentuk pilihan jawaban adalah “a, b, dan c”. Kuesioner yang diadopsi telah teruji validitas dan reliabilitasnya.

Jenis data yang digunakan adalah data primer berupa hasil jawaban responden atas kuesioner yang diberikan dan kemudian data akan diolah dengan bantuan komputer dengan dua tahap analisis data, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Karakteristik Responden

Tabel I. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas

No	Kelas	Frekuensi	Persentase (%)
1	X-Teknik Kendaraan Ringan dan Otomotif (TKRO)	6	10,3
2	X-Teknik Bisnis dan Sepeda Motor (TBSM)	8	13,8
3	X-Multimedia (MM)	23	39,7

4	X-Bisnis Daring dan Pemasaran (BDP)	21	36,2
Total		58	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan kelas yang paling banyak adalah X-Multimedia (MM) sebanyak 23 responden (39,7%).

Tabel II. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	15 tahun	41	70,7
2	16 tahun	17	29,3
Total		58	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan usia yang paling banyak adalah 15 tahun sebanyak 41 responden (70,7%).

Tabel III. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sumber Informasi

No	Sumber Informasi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Media cetak	8	13,8
2	Internet	26	44,8
3	Pelayanan kesehatan	17	29,3
4	Lainnya	7	12,1
Total		58	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan sumber informasi yang paling banyak adalah Internet sebanyak 26 responden (44,8%).

Analisis Bivariat

Tabel IV. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Anemia (*Pre-test*)

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	9	15,5
2	Cukup	27	46,6
3	Kurang	22	37,9
Total		58	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan

sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia (*pre-test*) yang paling banyak adalah Cukup sebanyak 27 responden (46,6%).

Tabel V. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Anemia (*Post-test*)

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	45	77,6
2	Cukup	9	15,5
3	Kurang	4	6,9
Total		58	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia (*post-test*) yang paling banyak adalah Baik sebanyak 45 responden (77,6%).

Analisis Bivariat

Tabel VI. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia di Kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya

<i>Test Statistics</i>					
	N	Mean	Minimum	Maximum	p-value
Pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan	58	45.34	20	90	0.000
Pengetahuan remaja putri sesudah diberikan pendidikan kesehatan	58	86.90	60	100	

<i>Ranks Description</i>				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest-Pretest	Negative Ranks	0	0.00	0.00
	Positive Ranks	58	29.50	1711.00
	Ties	0		
	Total	58		

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa responden mengalami peningkatan pengetahuan. Hal tersebut dibuktikan dengan *Negative Ranks* atau selisih (negatif)

antara peningkatan pengetahuan remaja putri untuk *pre-test* dan *post-test* adalah 0, baik itu pada nilai *n*, *Mean Rank* maupun *Sum Rank*. Nilai 0 ini menunjukkan tidak adanya penurunan nilai *pre-test* ke nilai *post-test*. *Positive Ranks* atau selisih (positif) antara peningkatan pengetahuan remaja putri untuk *pre-test* dan *post-test*. Disini terdapat 58 data positif (*n*) yang artinya ke 58 responden mengalami peningkatan pengetahuan dari nilai *pre-test* ke nilai *post-test*. *Mean Rank* atau rata-rata peningkatan tersebut adalah sebesar 29,50, sedangkan jumlah ranking positif atau *Sum of Ranks* adalah sebesar 1711,00. *Ties* adalah kesamaan nilai *pre-test* dan *post-test*, disini *Ties* adalah 0, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara *pre-test* dan *post-test*. Hasil dari uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia diperoleh nilai *p-value*=0,000 atau $p < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diperoleh distribusi frekuensi responden dilihat dari kelas, yang menunjukkan responden terbanyak adalah responden dengan kelas X-Multimedia (MM) sebanyak 23 responden (39,7%), diikuti dengan kelas X-Bisnis Daring dan Pemasaran (BDP) sebanyak 21 responden (36,2%), responden dengan kelas X-Teknik dan Bisnis Sepeda Motor (TBSM) sebanyak 8 responden (13,8%), dan diikuti dengan kelas X-Teknik Kendaraan Ringan dan Otomotif (TKRO) sebanyak 6 responden (10,3%).

Diketahui dari tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, remaja putri paling banyak berusia 15 tahun sebanyak 41 responden (70,7%) dan yang paling sedikit adalah 16 tahun sebanyak 17 responden (29,3%). Diketahui pula dari tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan sumber informasi, remaja putri paling

banyak memperoleh informasi dari internet sebanyak 26 responden (44,8%), diikuti dengan memperoleh sumber informasi dari pelayanan kesehatan sebanyak 17 responden (29,3%), remaja putri memperoleh sumber informasi dari media cetak sebanyak 8 responden (13,8%), dan yang paling sedikit adalah dari informasi lainnya sebanyak 7 responden (12,1%).

Menurut Kusmiran (2019) usia remaja disebut sebagai masa transisi atau peralihan karena terjadi pertumbuhan, perkembangan, dan perubahan secara biologis serta psikologis. Pada masa ini biasanya pertama kali wanita mengalami menstruasi pada umur 12-16 tahun.

Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Meyers et al., (2019) menyatakan bahwa literasi digital merupakan kemampuan seseorang dalam menggunakan teknologi informasi dan mengakses sumber-sumber informasi yang tersedia di dunia internet yang bertujuan untuk menemukan, mengevaluasi, dan mendapatkan informasi tertentu. Saat ini, literasi digital kesehatan telah menjadi isu penting dalam strategi pendidikan atau promosi kesehatan. Literasi digital kesehatan dinilai efektif dalam memberikan kemudahan akses pengetahuan kesehatan bagi remaja putri, seperti adanya penggunaan media sosial yang memuat konten kesehatan remaja tentang pentingnya pencegahan anemia.

Berdasarkan hasil dari penelitian di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya rata-rata remaja putri paling banyak dari kelas X-Multimedia (MM), dengan distribusi frekuensi usia paling banyak adalah 15 tahun dan paling banyak mendapatkan sumber informasi dari internet, dimana hasil tersebut menunjukkan bahwa kelas dalam penelitian ini tidak berpengaruh dengan kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri sehingga penelitian ini tidak dikaji lebih dalam mengenai faktor kelas yang mempengaruhi pengetahuan responden. Usia remaja disebut sebagai masa transisi atau peralihan karena terjadi pertumbuhan, perkembangan, dan perubahan secara biologis serta psikologis. Pada masa ini biasanya pertama kali wanita mengalami menstruasi

pada umur 12-16 tahun. Penggunaan internet, pernah dilaporkan sebagai salah satu media pendidikan kesehatan yang terbukti efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia dan memiliki jangkauan yang lebih luas.

Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Anemia

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diperoleh distribusi frekuensi responden dilihat dari tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia, yang menunjukkan responden terbanyak adalah responden dengan tingkat pengetahuan Cukup sebanyak 27 responden (46,6%), diikuti dengan tingkat pengetahuan Kurang sebanyak 22 responden (37,9%), dan responden yang memiliki tingkat pengetahuan Baik sebanyak 9 responden (15,5%).

Abdel et al., (2022) mendefinisikan pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan ini terjadi melalui panca indra manusia yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang.

Hasil penelitian yang dilakukan Martini (2019) menyatakan bahwa pengetahuan remaja putri yang kurang tentang anemia mempunyai resiko 2,3 kali mengalami anemia. Pengetahuan remaja putri yang kurang tentang anemia dapat mempengaruhi perilakunya termasuk pola hidup dan kebiasaan makan. Kurangnya pengetahuan tentang anemia menyebabkan kebutuhan zat besi didalam tubuh remaja putri akan kurang dan tidak mencukupi sehingga anemia dapat terjadi pada remaja putri.

Menurut Chotiyarnwong et al., (2021) faktor penyebab yang mempengaruhi pengetahuan yaitu tingkat pendidikan, informasi, lingkungan, dan usia. Usia bisa

mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir remaja putri, bertambahnya usia akan semakin berkembang pula pola pikir dan daya tangkap remaja putri sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak. Sejalan dengan Susilawati (2019) usia salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri dalam memperoleh informasi secara langsung ataupun tidak langsung untuk menambah pengalaman yang akan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia.

Berdasarkan hasil dari penelitian di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya rata-rata tingkat pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia yaitu Cukup, dimana peneliti berasumsi bahwa usia dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir remaja putri, bertambahnya usia akan semakin berkembang pula pola pikir dan daya tangkap remaja putri sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak, selain usia faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yaitu minat atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu.

Minat menjadikan remaja putri untuk mencoba dan menekuni suatu hal dan pada akhirnya diperoleh pengetahuan yang lebih mendalam tentang pencegahan anemia, jika dalam hal ini remaja putri pernah mendapatkan informasi tentang pencegahan anemia tetapi tidak ada minat untuk menekuni atau memperdalam mencari informasi yang pernah didapatkan maka informasi yang sudah didapatkan tidak akan dapat berkembang dengan baik karena tidak ada minat untuk mencari sesuatu pengetahuan dan informasi terbaru.

Kurangnya pengetahuan maupun informasi yang didapatkan remaja putri disebabkan juga oleh faktor sumber informasi yang masih kurang atau terbatas, sebagian remaja putri bisa mendapatkan informasi dari berbagai sumber tetapi belum tentu bisa memahami informasi yang didapatkan dan memanfaatkan media massa dengan mencari informasi mengenai dunia

kesehatan yang kurang mereka dapatkan ketika berada di lingkungan sekolah ataupun di lingkungan sekitar.

Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Anemia

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diperoleh distribusi frekuensi responden dilihat dari tingkat pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia, yang menunjukkan responden terbanyak adalah responden dengan tingkat pengetahuan Baik sebanyak 45 responden (77,6%), diikuti dengan tingkat pengetahuan Cukup sebanyak 9 responden (15,5%) dan responden yang memiliki tingkat pengetahuan Kurang sebanyak 4 responden (6,9%). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pada pengetahuan responden setelah diberi perlakuan berupa pendidikan kesehatan. Hal ini terjadi disebabkan oleh individu memperoleh informasi yang baru akan memberikan pengaruh pada pemahaman dan pembaharuan pengetahuan yang telah diberikan kepada remaja putri.

Menurut Azijah, dkk., (2022) pendidikan kesehatan merupakan penyampaian pesan kesehatan kepada masyarakat baik kepada individu maupun kelompok dengan secara luas, melalui pendidikan kesehatan juga dapat memberikan pengetahuan lebih baik terkait kesehatan. Tujuan pendidikan kesehatan adalah mengubah perilaku individu atau masyarakat di bidang kesehatan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yunita, dkk., (2020) remaja putri yang mempunyai sikap positif dan mempunyai pengetahuan baik dapat mempengaruhi asupan makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan yang baik sangat mempengaruhi kecenderungan remaja putri dalam memilih sumber bahan makanan dengan nilai gizi yang tinggi akan sumber zat besi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aisyah, dkk., (2023) menyatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri sesudah diberikan pendidikan kesehatan yang disebabkan oleh remaja putri telah mendapatkan informasi dalam

bentuk pendidikan kesehatan sehingga terjadi suatu proses belajar dari dimana remaja putri tidak tahu bagaimana cara pencegahan anemia menjadi tahu dan yang tidak mengerti menjadi mengerti.

Berdasarkan hasil dari penelitian di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya rata-rata tingkat pengetahuan remaja putri sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia yaitu Baik, hal ini dikarenakan remaja putri sudah mendapatkan informasi kesehatan tentang pentingnya pencegahan anemia. Peneliti berasumsi bahwa dengan meningkatnya pengetahuan yang dimiliki remaja putri akan merubah pola pikir remaja putri tersebut dari tidak tahu menjadi tahu. Pola pikir akan mempengaruhi perilaku yang akan dilakukan remaja putri. Semakin baik pengetahuan remaja putri maka semakin besar harapan terhindar dari anemia.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Pencegahan Anemia di Kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia diperoleh nilai $p\text{-value}=0,000$ atau $p<0,05$ yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya.

Menurut Ratri et al., (2020) pendidikan kesehatan adalah usaha terencana untuk menyebarkan pengaruh terhadap kesehatan orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga perilaku sasaran dapat sesuai dengan yang diharapkan oleh pemberi pendidikan dan promosi kesehatan. Di dalam definisi ini juga terkandung poin-poin meliputi *input* (pendidik dan sasaran edukasi kesehatan), proses (rencana dan strategi), serta *output* (melakukan sesuai dengan yang diharapkan). Hasil yang diharapkan dari pendidikan atau promosi kesehatan

adalah peningkatan perilaku sehingga terpeliharanya kesehatan oleh sasaran dari pendidikan kesehatan.

Menurut Handayani, dkk., (2019) anemia merupakan suatu keadaan kadar hemoglobin lebih rendah dari nilai normal (12 gr/dL). Hemoglobin adalah salah satu komponen dalam sel darah merah/eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Adilla, dkk (2021) menyatakan bahwa pemberian pendidikan kesehatan terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan pencegahan anemia pada remaja putri. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Xiong et al., (2019) menyatakan bahwa sesi media edukasi campuran (*mixed media education sessions*) yang terdiri dari 3 sesi, efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kewajiban dalam tindakan pencegahan anemia pada remaja putri. Berbagai media yang bisa digunakan dalam pendidikan kesehatan seperti ceramah menggunakan *powerpoint*, pemutaran *motion* video, dan demonstrasi.

Berdasarkan hasil penelitian di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya tidak ada kesenjangan antara fakta dan teori, karena didapatkan bahwa ada pengaruh antara pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia, karena dengan mengetahui dan meningkatkan pengetahuan remaja putri sejak dini tentang pencegahan anemia dan menerapkannya di kehidupan sehari-hari sangatlah penting dengan mengetahui penyakit-penyakit yang ditimbulkan jika mereka tidak bisa mencegah anemia. Dalam pemberian materi penyuluhan, remaja putri dapat mendengarkan dengan baik. Dalam proses penyuluhan ini yang dibutuhkan suatu metode ceramah dengan media *powerpoint* dan sesi tanya jawab, metode penyuluhan ini merupakan suatu cara atau strategi yang dilakukan oleh seorang penyuluh dalam proses pemberian penyuluhan pada remaja putri untuk mencapai tujuan. Penyampaian materi penyuluhan tidak cukup hanya dengan pemberian materi dan definisi,

namun juga pemberian kuesioner, karena dengan metode ini dapat menyangkut aspek (kognitif, psikomotor, dan afektif). Dengan adanya intervensi ini remaja putri mendapatkan penambahan pengetahuan tentang pencegahan anemia setelah di berikan penyuluhan.

KESIMPULAN

Hasil penelitian dan pembahasan menunjukkan bahwa dari 58 responden dalam pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia di kelas X SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya Tahun 2024 terdapat sebagian besar responden berdasarkan kelas terbanyak adalah responden dengan kelas X-Multimedia (MM) sebanyak 23 responden (39,7%). Terdapat sebagian besar responden dengan hasil *pre-test* Cukup sebanyak 27 responden (46,6%) dan hasil *post-test* Baik sebanyak 45 responden (77,6%). Hasil uji statistik dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai $p\text{-value}=0,000$ atau $p<0,05$ yang artinya terdapat pengaruh dari pemberian pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia. Penelitian selanjutnya disarankan meningkatkan penelitian yang serupa dengan menambah variabel-variabel lain seperti sikap dan perilaku pada penelitian selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas limpahan berkat dan karunia-Nya bagi peneliti. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya peneliti sampaikan kepada; Bapak Dr. dr. Adriansyah Arifin, MPH selaku Ketua Yayasan Eka Harap Palangka Raya; Ibu Maria Adelheid Ensia, S.Pd., M.Kes selaku Ketua STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ibu Melisa Frisilia, S.Kep., M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat; Ibu Eva Prilelli Baringbing, SKM., MKM selaku Ketua Penguji; Ibu

Mariaty A. Sangkai, S.Pd., M.Kes selaku Pembimbing I dan Ibu Pamela Dewi Widuri, SKM., M.Kes selaku Pembimbing II; Bapak Marsiyo, ST., M.Pd selaku Kepala SMK Karsa Mulya Kota Palangka Raya; Orang tua peneliti, Bapak Haryudy, S.Sos dan Ibu Linsih S.Sos; Saudara peneliti Alviana Harlinda Ulva, S.Kep.Ns. dan Brigpol David Fransisko Ceriadi; Yang peneliti sayangi Bripda Resky Welianto; dan yang terakhir terima kasih untuk Alviani Chinda Rusmery, diri saya sendiri yang telah bekerja keras dan berjuang sejauh ini.

REFERENSI

- Abdel, S., Galal, Y. S., Al Hanafy, S. H., Ghamrawy, M., & Shaheen, D. S. M. 2022. Digital Storytelling: A Video-Based Approach For Engaging University Students In Health Education. *Open Access Macedonian Journal Of Medical Sciences*, 10(E), 33-39
- Adilla, A. F., 2021. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan tentang Anemia dengan Media Booklet terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Smpn 20 Kota Bengkulu Tahun 2021
- Aisyah, S., Arisanti, K. and Yaqin, F. A. 2023. Adaptasi dan Inovasi Madrasah Ibtidaiyah Dalam Menyambut Kurikulum Merdeka Belajar', 9(1), pp. 386–393.
- Aprilianti. 2021. Gambaran status anemia pada remaja putri di wilayah palangkaraya (studi di Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya pada Bidang Kesehatan Masyarakat). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 5(1), 193-200
- Azizah, I., Sari, D. N., & Herlina, L. 2022. Pengaruh Promosi Kesehatan Reproduksi terhadap Pengetahuan Remaja di SMA Santika Bambu Apus Jakarta Timur. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 12(1), 39-47
- Chotiarnwong, P., Boonnasa, W., Chotiarnwong, C., & Unnanuntana, A. 2021. Video-Based Learning Versus Traditional Lecture-Based Learning For Osteoporosis Education: A Randomized Controlled Trial. *Aging Clinical And Experimental Research*, 33, 125-131
- Handayani, E. Yuli. 2019. Hubungan Pengetahuan Remaja dan Pendidikan Ibu terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 02 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu, pp. 466–474.
- Kamilah A, Ramadhaniah, Santi TD. 2021. Hubungan Akses Pelayanan Kesehatan, BBLR, Asi Eksklusif Dan Asupan Protein Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia >6-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Baitussalam Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar Tahun 2022. *Journal of Health and Medical Science*. 2022;1(1):171–7
- Kusmiran, E. 2019. Kesehatan Reproduksi. Jakarta: Salemba Medika
- Nurrahman, Hurulaini N, Anugrah DS, Adelita AP, Sutisna AN. 2021. Faktor Dan Dampak Anemia Pada Anak-Anak , Remaja , Dan Ibu Hamil. *Journal Of Science, Technology And Entrepreneur*, 2(2): 46–50
- Permatasari, T., Briawan, D. and Madanijah, S. 2020. *Hubungan Asupan Zat Besi Dengan Status Anemia*, 4
- Putrianti & Krismiati, S. 2019. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Tahun 2019. *Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*. Vol. 3 No. 2
- Ratri, D. M., Hamidah, K. F., Puspitasari, A. D., & Farid, M. 2020. Video-Based Health Education To Support Insulin Therapy In Diabetes Mellitus Patients. *Journal Of Public Health Research*, 9(2), Jphr-2020
- Sari, Y., Apriyani, T., & Marlana, R. 2022. Perbedaan Lamanya Pelepasan Tali Pusat pada Bayi yang Mengonsumsi ASI dan PASI di BPM Ria Tisnawati Palembang. *Jurnal Kesehatan Abdurrahman Palembang*, 11(1), 1-9. <https://www.ejournal.stikesabdurahman.ac.id/index.php/jkab/article/view/132>
- Shaleha AN. 2020. Asupan Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kota Palangka Raya
- Suminar. 2021. Penyuluhan Dan Deteksi Dini Anemia Pada Remaja Putri Dusun Bagunung Jawa Timur', *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, pp. 3156–3163
- Suprpto, Abdillah, M. 2022. Characterization and Modification of Corn Starch (Zea mays [L.]) and HPMC with Sodium Tripolyphosphate as Crosslinking Agent. *Urecol Journal*. Part C: Health Sciences, 2(2), 77–78. <https://doi.org/10.4337/9781786436573.00013>
- Theresia, N., & Putri, F. R. 2021. Penelitian Pemula Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Anemia,. Politeknik kesehatan Kemenkes Palangka Raya.

- Xiong, S., Liu, Y., Lin, M., Zhu, L., Zhong, R. 2019. Comparison of motor relearning program versus Bobath approach for prevention of poststroke apathy: A randomized controlled trial. *Journal of Stroke and Cerebrovascular Diseases*, 28 (3), 655-664.
- Yunita, F. A., Parwatiningsih, S. A., Hardiningsih, M., Yuneta, A. E. N., Kartikasari, M. N. D., & Ropitasari, M. 2020. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Di SMP 18 Surakarta. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(1), 36-47.