

## Pengaruh Pemberian Promosi Kesehatan Tentang Anemia Melalui Model Small Group Discussion (SGD) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Remaja Putri di Kelas X SMAN 4 Palangka Raya

### The Effect of Health Promotion About Anemia Through the Small Group Discussion (SGD) Model on Knowledge Improvement Among Female Adolescents in Grade X at SMAN 4 Palangka Raya

Marta Pitriana <sup>1\*</sup>

Rizki Muji Lestari <sup>2</sup>

Eva Prilelli Baringbing <sup>3</sup>

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

\*email:

[pitrianamartha88@gmail.com](mailto:pitrianamartha88@gmail.com)

#### Abstrak

Saat ini remaja putri cenderung melakukan tindakan diet yang tidak sehat dengan membatasi asupan nutrisi dan zat besi akibat khawatir terhadap kenaikan berat badan dan penampilan tubuhnya sehingga menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti anemia. Pengetahuan memiliki peran penting bagi remaja putri untuk mengetahui berbagai hal yang berkaitan dengan anemia. Promosi kesehatan menjadi upaya dalam pencegahan primer terhadap anemia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian promosi kesehatan tentang anemia melalui model *Small Group Discussion* (SGD) terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja putri. Penelitian ini menggunakan *pre-experimental design* dengan jenis penelitian yaitu *one group pretest-posttest*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 36 responden, yaitu siswi kelas X.1, X.2 dan X.3 SMAN 4 Palangka Raya. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Analisis data menggunakan uji *Paired sample t-test*. Hasil uji *Paired sample t-test* ( $p$  value = 0,000 atau  $p < 0,05$ ), yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan pada pemberian promosi kesehatan tentang anemia melalui model *Small Group Discussion* (SGD) terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di kelas X SMAN 4 Palangka Raya. Kesimpulan pada penelitian ini yaitu promosi kesehatan dengan model *Small Group Discussion* (SGD) terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan pada remaja putri dikarenakan mampu mendorong remaja putri untuk aktif berdiskusi dan berbagi informasi sehingga mampu memecahkan suatu masalah. Saran yang diberikan yaitu untuk melakukan kemitraan dengan fasilitas kesehatan terkait pemberian promosi kesehatan rutin tentang Anemia bersamaan dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD).

#### Kata Kunci:

Promosi Kesehatan  
Anemia  
Pengetahuan  
Small Group Discussion (SGD)

#### Keywords:

Health Promotion  
Anemia  
Knowledge  
Small Group Discussion (SDG)

#### Abstract

Nowadays, female adolescents tend to engage in unhealthy diet practices by limiting their nutrient and iron intake due to concerns about weight gain and body image, leading to various health problems such as anemia. Knowledge plays an important role for female adolescents to know various things related to anemia. Health promotion is an endeavor taken in the primary prevention of anemia. The purpose of this study is to determine the effect of health promotion about anemia through the *Small Group Discussion* (SGD) model on increasing the knowledge among female adolescents. This study used a *pre-experimental design* with a type of research that is *one group pretest-posttest*. The sample in this study amounted to 36 respondents, namely female students in grade X.1, X.2 and X.3 at SMAN 4 Palangka Raya. The sampling technique used was *accidental sampling*. Data analysis used the *Paired sample t-test*. The result of the *paired sample t-test* ( $p$ -value = 0,000 or  $p < 0,05$ ) indicates that there is a significant effect of health promotion about anemia through the *Small Group Discussion* (SGD) model on increasing the knowledge of female adolescents in grade X of SMAN 4 Palangka Raya. The conclusion of this research was health promotion using the *Small Group Discussion* (SGD) model has been proven effective in increasing knowledge among female adolescents. This was due to the ability of the model to encourage the female adolescents to discuss and sharing information, which in turn help to solve problems actively. The suggestion is establishing partnerships with health facilities to provide routine health promotion about anemia along with the provision of *Iron Supplement Tablets* (IST).



## PENDAHULUAN

Sekarang ini, siswa SMA terutama remaja putri cenderung mengalami kekhawatiran yang berlebihan terhadap masalah kenaikan berat badan dan *body image*, sehingga remaja putri melakukan tindakan diet dengan membatasi beberapa jenis makanan pokok dan sumber protein hewani yang sebenarnya banyak mengandung zat gizi yang membantu dalam pertumbuhan tubuh terutama kandungan zat besi. Tindakan diet yang tidak sehat ini dapat menimbulkan gangguan kesehatan dan sangat berpengaruh terutama pada status gizi remaja putri. Anemia merupakan dampak yang ditimbulkan akibat diet yang tidak sehat dengan mengurangi makanan pokok dan protein yang berlebihan pada tubuh.

Anemia menjadi salah satu masalah gizi di dunia yang perlu mendapat perhatian khusus termasuk di negara berkembang seperti Indonesia. Anemia paling sering terjadi pada remaja putri karena tingkat kebutuhan remaja putri akan gizi sangat tinggi (Meidayanti, 2017). Menurut WHO, anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi Hemoglobin (Hb) lebih rendah atau di bawah batas normal, yakni 12 g/dL untuk remaja. Hemoglobin (Hb) diperlukan untuk mengikat dan menghantarkan oksigen ke seluruh tubuh (Anaemias, 2017).

Secara global, pada tahun 2019 sebesar 29,9% wanita di dunia pada rentang usia 15-49 tahun menderita anemia. Prevalensi anemia pada wanita usia subur yang tidak hamil sebesar 29,6%, sebesar 36,5% pada wanita yang hamil dan pada wanita usia subur sebesar 19,9% atau setara dengan lebih dari setengah miliar perempuan di usia 15-49 tahun (WHO, 2021).

Berdasarkan hasil data Riskesdas (2013), prevalensi penderita anemia berdasarkan karakteristik usia 15-24 tahun sebesar 18,4%. Jika dibandingkan dengan hasil data dari Riskesdas 2018, prevalensi penderita anemia di Indonesia mengalami kenaikan yang signifikan, pada tahun 2013 sebesar 37,1% dan naik menjadi 48,9% pada tahun 2018. Distribusi penderita anemia terjadi paling

banyak pada kelompok usia 15-24 tahun (Nindi, dkk, 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 Barat sebesar 11,9% Kalimantan Selatan sebesar 10,9%, Kalimantan Timur sebesar 13,9% dan Kalimantan Tengah sebesar 12,7% (Theresia, dkk, 2021).

Berdasarkan data rekapitulasi yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya pada Bidang Kesehatan Masyarakat menunjukkan bahwa pada tahun 2020, prevalensi siswi yang menerima Tablet Tambah Darah (TTD) di wilayah kerja Puskesmas Menteng adalah sebanyak 2.249 (71,58%) dari 3.142 siswi.

Di SMAN 4 Palangka Raya masih banyak siswi yang memiliki keluhan kesehatan berkaitan dengan gejala anemia, seperti pusing, lemas, hingga pingsan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Herlinadiyaningsih (2019) di SMAN 4 Palangka Raya, sebanyak 66 siswi dari 147 siswi terkena anemia. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Mawaddah (2018) di SMAN 4 Palangka Raya pada siswi kelas X, menunjukkan bahwa 56 siswi dari 96 siswi memiliki kadar Hemoglobin (Hb)  $\leq 12$  gr/dL yang artinya anemia.

Remaja putri dengan pengetahuan yang kurang akan cenderung menderita anemia karena saat ini kemudahan dalam akses ke berbagai informasi membuat remaja putri sering menerima informasi kesehatan yang salah dan kurang tepat. Salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia adalah dengan memberikan promosi kesehatan. Banyak dampak kesehatan yang bisa disebabkan jika pengetahuan remaja putri tentang anemia kurang. Anemia pada remaja putri dapat menurunkan tingkat produktivitas kerja, menghambat perkembangan dan pertumbuhan tubuh, menurunkan imunitas tubuh, kebugaran tubuh berkurang, semangat belajar dan prestasi remaja putri menjadi turun. Dampak yang

ditimbulkan anemia akan semakin parah jika tidak segera diatasi hingga remaja putri menjadi seorang ibu.

Pada hasil penelitian pemula yang dilakukan oleh Theresia, dkk, (2021) berpendapat bahwa jika remaja putri memiliki pengetahuan yang baik, maka remaja putri akan menyikapi tindakan pencegahan anemia dengan baik. Hal ini dikarenakan selain sebagai proses kognitif, pengetahuan juga menjadi faktor protektif atau tindakan proteksi berupa perilaku pencegahan anemia.

Berdasarkan survei pendahuluan diketahui bahwa SMAN 4 Palangka Raya memiliki salah satu program UKS, yakni “Penjaringan Kesiswaan”. Program ini merupakan pemeriksaan kesehatan serta pemberian promosi kesehatan mengenai nutrisi kepada siswa kelas X oleh petugas kesehatan dari Puskesmas Menteng dan dilaksanakan setiap awal tahun ajaran baru atau 1x dalam setahun. Dikarenakan kegiatan dilaksanakan bersama dengan pemeriksaan kesehatan, maka metode promosi kesehatan yang digunakan hanya metode ceramah saja, sehingga kurang efektif bagi peningkatan pengetahuan siswa mengenai nutrisi terutama nutrisi yang baik dalam mencegah anemia. Hal ini juga didukung dengan banyaknya keluhan kesehatan berkaitan dengan gejala anemia, seperti pusing, lemas, hingga pingsan.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dilakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh dari pemberian promosi kesehatan tentang anemia melalui model *Small Group Discussion* (SGD) terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri terutama di kelas X di SMAN 4 Palangka Raya.

## METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian pre-experimental design type one group pretest-posttest. Desain ini digunakan untuk melihat peningkatan sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan tentang anemia melalui model *Small Group Discussion*

(SGD) pada remaja putri di kelas X SMAN 4 Palangka Raya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang ada di kelas X, yakni X.1, X.2 dan X.3 SMAN 4 Palangka Raya, total 56 remaja putri. Berdasarkan perhitungan dengan rumus Slovin, diperoleh besar sampel penelitian yang dibulatkan menjadi 36 remaja putri. Sampel penelitian dikumpulkan dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Juni 2023.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian yang telah dilakukan oleh Azaz Dwi Razeza (2020) dengan jumlah 10 pertanyaan dan bentuk pilihan jawaban adalah “a,b dan c”. Kuesioner yang diadopsi telah teruji validitas dan reabilitas. Jenis data yang digunakan adalah data primer berupa hasil jawaban responden dan kemudian akan diolah dengan bantuan komputer dengan dua tahap analisis data, yakni analisis univariat dan bivariat. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Paired Sample T-Test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL PENELITIAN

#### Analisis Univariat

**Tabel I.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

No.	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	15 tahun	17	47,2
2.	16 tahun	19	52,8
	<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 16 tahun sebanyak 19 responden (52,8%).

**Tabel II.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sumber Informasi tentang Anemia

No.	Sumber Informasi	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Mencari sendiri	22	61,1
2.	Petugas kesehatan	14	38,9
<b>Total</b>		<b>36</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar responden Mencari Sendiri sumber informasi tentang anemia sebanyak 22 responden (61,1%).

**Tabel III.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan sebelum diberikan Promosi Kesehatan tentang Anemia (*Pre-test*)

Tingkat Pengetahuan	Pre-test	
	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	3	8,3
Sedang	23	63,9
Kurang	10	27,8
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar responden memperoleh hasil *pre-test* Sedang sebanyak 23 responden (63,9%).

**Tabel IV.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan sesudah diberikan Promosi Kesehatan tentang Anemia (*Post-test*)

Tingkat Pengetahuan	Post-test	
	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	30	83,3
Sedang	5	13,9
Kurang	1	2,8
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar responden memperoleh hasil *post-test* Baik sebanyak 30 responden (83,3%).

## Analisis Bivariat

**Tabel V.** Pengaruh pemberian promosi kesehatan tentang anemia melalui model Small Group Discussion (SGD) terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja putri di kelas X SMAN 4 Palangka Raya

Variabel	Sebelum		Sesudah		p-value
	Mean	Std.	Mean	Std.	
Tingkat Pengetahuan	63,06	13,	90,00	14,	0,000

Hasil dari uji *Paired Sample T-Test* pada tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan tentang anemia diperoleh nilai *p-value* = 0,000 atau  $p < 0,05$  yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian promosi kesehatan tentang anemia melalui model *Small Group Discussion* (SGD) terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja putri di kelas X SMAN 4 Palangka Raya.

## PEMBAHASAN

### Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sebelum diberikan Promosi Kesehatan tentang Anemia

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diperoleh distribusi frekuensi responden jika dilihat dari tingkat pengetahuan sebelum diberikan promosi kesehatan tentang anemia, dari 36 responden tingkat pengetahuan paling banyak adalah Sedang sebanyak 23 responden (63,9%), diikuti dengan Kurang sebanyak 10 responden (27,8%) dan Baik sebanyak 3 responden (8,3%). Diketahui pula dari tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan sumber informasi, remaja putri paling banyak memperoleh informasi dengan cara mencari sendiri sebanyak 22 responden (61,1%) dan terendah adalah dari petugas kesehatan sebanyak 14 responden (38,9%).

Pengetahuan baru individu yang diperoleh melalui proses penginderaan akan membuat individu menjadi mengetahui informasi baru. Hasil dari pengetahuan baru ini maka remaja putri dapat mengetahui segala bentuk

informasi kesehatan yang berkaitan tentang Anemia dengan menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang cukup mengenai Anemia. Hal ini juga menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki setiap individu berbeda-beda berdasarkan hasil dari proses penginderaan masing-masing terhadap suatu objek.

Kondisi ini telah memberikan sebuah gambaran bahwa setiap responden memiliki variasi tingkat pengetahuan sebelum dilakukan intervensi berupa promosi kesehatan tentang anemia. Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya variasi tingkat pengetahuan setiap individu adalah sumber informasi. Informasi yang diperoleh individu akan memberikan pengaruh jangka panjang atau jangka pendek terhadap peningkatan pengetahuan. Timbulnya informasi baru yang berasal dari suatu sumber akan memberikan landasan kognitif yang baru pula sehingga mendukung terjadinya pembentukan pengetahuan baru.

Teori Piaget dalam (Haryati, 2018) menyebutkan bahwa remaja cenderung membentuk pengetahuannya sendiri berdasarkan informasi yang didapat melalui media massa, teman maupun orang tua. Remaja dapat menggabungkan pengalaman dan pengamatan tersendiri untuk membentuk suatu pengetahuan yang baru dan menyertakan pemikiran-pemikiran baru yang didapatkan dari sumber informasi yang dapat dijadikan sebagai tambahan informasi untuk mengembangkan pemahaman tentang suatu pengetahuan yang baru. Namun, dari informasi yang diperoleh oleh remaja hanya sedikit informasi yang dapat dipastikan kebenarannya. Remaja cenderung memperoleh informasi yang salah dan kurang tepat melalui pemahamannya sendiri, sehingga dapat menyebabkan dampak negatif pada remaja dari penggunaan pengetahuan yang kurang tepat tersebut.

Pemberian pengetahuan yang tidak lengkap atau setengah-setengah kepada remaja akan menjadi lebih berbahaya dibandingkan tidak tahu sama sekali. Hal ini dikarenakan pemberian pengetahuan yang kurang

lengkap akan mendorong niat remaja untuk mencari sendiri informasi tersebut dan kemudian membentuk pemahaman sendiri terhadap informasi yang diperoleh yang terkadang hal tersebut keliru sehingga dapat menyebabkan remaja bereksperimen dan melakukan hal-hal yang kurang tepat tanpa menyadari bahayanya bagi kesehatan yang kemudian dapat menimbulkan masalah yang lebih serius (Putra et al., 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Utari et al., (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara sumber informasi dengan pengetahuan remaja tentang anemia defisiensi zat besi. Hal ini dikarenakan jika individu mendapatkan informasi melalui berbagai sumber yang benar, maka informasi tersebut akan saling melengkapi sehingga terbentuklah informasi yang lebih detail, lengkap dan dapat dipercaya. Oleh sebab itu, sumber informasi yang diperoleh remaja memiliki hubungan yang erat kaitannya dengan kebenaran untuk membentuk suatu pengetahuan yang baru.

Berdasarkan hasil analisis, maka diperoleh bahwa penelitian ini tidak memiliki kesenjangan dengan teori dan penelitian sebelumnya, dimana informasi yang diperoleh dengan cara mencari sendiri dapat menyebabkan remaja putri salah menerima informasi kesehatan dibandingkan dengan menerima informasi melalui sumber informasi secara langsung, misalnya petugas kesehatan yang telah terjamin sumber informasinya. Hal ini disebabkan karena pesatnya perkembangan informasi di dunia, terutama di internet, tidak jarang membuat orang menyebarkan informasi kesehatan yang kurang tepat kepada para pengguna internet, sehingga remaja yang mencari sendiri informasi kesehatannya, akan mudah terjerumus ke dalam informasi yang tidak benar dan tidak terpercaya. Dibandingkan dengan menerima informasi langsung dari petugas kesehatan, remaja mampu menerima informasi yang terjamin sumbernya, kemudian remaja juga dapat melakukan konsultasi lebih dalam dengan petugas kesehatan jika remaja merasa kurang paham atau ingin

mengetahui suatu hal tentang kesehatan terutama tentang Anemia. Semakin seorang remaja tidak mengetahui kebenaran tentang Anemia, baik dampak dan cara pencegahannya, maka tidak menutup peluang bagi remaja putri untuk terkena Anemia yang kemudian akan lebih beresiko ketika remaja putri menjadi seorang ibu. Oleh sebab itu, remaja putri dalam mencari informasi kesehatan, haruslah berasal dari sumber yang telah terjamin kebenarannya, seperti dari petugas kesehatan langsung, situs resmi Kementerian Kesehatan atau *World Health Organization (WHO)*, jurnal kesehatan, dan lain sebagainya. Sehingga meskipun remaja putri mencari sumber informasi secara mandiri, remaja putri akan menerima informasi yang benar dan dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuannya terhadap kesehatan terutama Anemia.

#### **Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sesudah diberikan Promosi Kesehatan tentang Anemia**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diperoleh distribusi frekuensi responden jika dilihat dari tingkat pengetahuan sesudah diberikan promosi kesehatan tentang anemia, dari 36 responden tingkat pengetahuan paling banyak adalah Baik sebanyak 30 responden (83,3%), diikuti dengan Sedang sebanyak 5 responden (13,9%) dan Kurang sebanyak 1 responden (2,8%). Hasil ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pada pengetahuan responden setelah diberikan perlakuan berupa promosi kesehatan. Hal ini terjadi dikarenakan individu yang giat memperoleh sebuah informasi yang baru akan memberikan pengaruh pada pemahaman serta pembaharuan pengetahuan yang telah dimiliki.

Berdasarkan tujuan promosi kesehatan, peningkatan pemberian promosi kesehatan dapat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap upaya pencegahan penyakit atau masalah kesehatan. Sejalan juga dengan tujuan khusus dari promosi kesehatan menurut Halajur (dalam Mamahit et al., 2022) yakni perumusan perilaku yang meliputi peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat sebagai akibat adanya promosi kesehatan.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kusuma NI, (2014) menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan dan pemahaman individu, dapat disebabkan karena individu telah mendapatkan pelajaran dalam bentuk penyuluhan atau promosi kesehatan sehingga terjadi suatu proses belajar dimana sesuatu yang tidak tahu berubah menjadi tahu dan tidak mengerti menjadi mengerti.

Berdasarkan analisis, maka diperoleh dalam penelitian ini tidak ditemukan adanya kesenjangan dengan teori dan penelitian sebelumnya, dimana pemberian promosi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan individu dari kurang menjadi baik. Hal ini disebabkan pemberian promosi kesehatan akan mendukung kognitif individu untuk membentuk dan membaharui pemahaman atau pengetahuan yang sebelumnya menjadi lebih baik. Dalam penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa informasi yang disampaikan melalui promosi kesehatan tentang anemia tersampaikan dengan baik kepada remaja putri, sehingga dengan pemberian promosi kesehatan yang baik ini menimbulkan peningkatan pada pengetahuan remaja putri terutama Anemia. Pernyataan ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Meidayanti (2017) yang menyatakan bahwa penyuluhan menjadi salah satu cara untuk menambah ilmu pengetahuan dan kemampuan individu serta penyuluhan kesehatan memberikan informasi yang mampu meningkatkan derajat kesehatan individu karena informasi yang diperoleh melalui penyuluhan mampu mendukung peningkatan pengetahuan yang dimiliki individu.

Oleh sebab itu, remaja putri perlu mengikuti promosi kesehatan yang dilaksanakan secara rutin, terutama di sekolah, sehingga promosi kesehatan yang dilakukan mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menjaga kesehatannya terutama dalam memenuhi kebutuhan nutrisi untuk dapat mencegah Anemia.

## **Pengaruh Pemberian Promosi Kesehatan tentang Anemia melalui Model *Small Group Discussion* (SGD) terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan tentang anemia melalui model *Small Group Discussion* (SGD) yang dibuktikan dengan hasil uji statistik diperoleh nilai  $p$  value = 0,000 atau  $p < 0,05$ . Yang artinya bahwa pemberian promosi kesehatan melalui model *Small Group Discussion* (SGD) memberikan pengaruh terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia.

Hasibuan dan Moedjiono (dalam Auliyah, 2014) mendefinisikan model *Small Group Discussion* (SGD) sebagai bentuk dari proses dimana terjadinya pengamatan dan penglihatan antara dua atau lebih individu dalam melakukan interaksi secara berhadapan secara langsung dengan tujuan dan sasaran yang telah ditentukan melalui proses tukar menukar informasi, mempertahankan opini dan memecahkan masalah. *Small Group Discussion* (SGD) menekankan model pembelajaran dengan keaktifan setiap anggota kelompok untuk berdiskusi di dalam sebuah kelompok kecil.

Berdasarkan analisis, maka diperoleh bahwa tidak ada kesenjangan dalam penelitian ini antara fakta dan teori, dimana pemberian promosi kesehatan melalui model *Small Group Discussion* (SGD) dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Penggunaan model *Small Group Discussion* (SGD) cocok dalam pemberian promosi kesehatan tentang anemia kepada remaja putri. Hal ini dikarenakan model ini mendukung keaktifan setiap remaja putri untuk berdiskusi di dalam sebuah kelompok kecil dengan jumlah anggota 3-5 orang. Model ini juga menjadi media diskusi yang cocok dengan remaja putri karena remaja putri mampu berkomunikasi secara langsung satu sama lain untuk berbagi informasi dan berdiskusi untuk memecahkan suatu masalah. Pada saat promosi kesehatan, setiap

remaja putri dalam kelompoknya dapat melakukan diskusi untuk mendiskusikan tentang materi promosi kesehatan yang diberikan. Hal ini akan membantu penyampaian promosi kesehatan menjadi lebih efektif daripada menggunakan metode satu arah seperti ceramah.

Didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Theresia, dkk, (2021) menyatakan bahwa jika remaja putri memiliki pengetahuan yang baik, maka remaja putri akan menyikapi tindakan pencegahan anemia dengan baik. Hal ini dikarenakan selain sebagai proses kognitif, pengetahuan juga menjadi protektif atau tindakan proteksi berupa perilaku pencegahan anemia.

Oleh sebab itu, untuk meningkatkan keefektifan pemberian promosi kesehatan tentang anemia, remaja putri dapat dilibatkan dalam promosi kesehatan melalui model yang mampu mendorong keaktifan remaja putri selama proses pelaksanaan promosi kesehatan. Sehingga, dengan adanya keaktifan dari remaja putri tersebut, maka tujuan dari pelaksanaan promosi kesehatan akan tercapai dan tepat sasaran.

## **KESIMPULAN**

Hasil penelitian dan pembahasan menunjukkan bahwa dari 36 responden dalam pengaruh pemberian promosi kesehatan melalui model *Small Group Discussion* (SGD) terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja putri di kelas X SMAN 4 Palangka Raya terdapat sebagian besar responden dengan hasil *pre-test* Sedang sebanyak 23 responden (63,9%) dan hasil *post-test* Baik sebanyak 30 responden (83,3%). Hasil uji *Paired Sample T-Test* diperoleh nilai  $p$  value = 0,000 atau  $p < 0,05$  yang artinya ada pengaruh dari pemberian promosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan model yang berbeda serta sampel penelitian yang mencakup remaja putri dan remaja putra.

## 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; STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua Penguji Sidang Skripsi dan Anggota Tim Penguji; Dosen Pembimbing I dan II; Kepala Sekolah SMAN 4 Palangka Raya beserta jajarannya; siswi-siswi kelas X SMAN 4 Palangka Raya; kedua Orang tua peneliti, Ibu dan Ayah yang selalu memberikan dukungan dan memanjatkan doa terbaik bagi peneliti; Saudara laki-laki peneliti, Kak Wandri; teman-teman satu angkatan; dan kepada diri sendiri, Martha Pitriana yang selalu berusaha menjadi versi terbaik dari versi yang kemarin, terima kasih dan hebat.

## REFERENSI

- Anaemias, W. H. O. N. 2017. *Tools for effective prevention and control*. In World Health Organization. World Health Organization.
- Auliyah, I. 2014. *Penerapan Model Small Group Discussion untuk Meningkatkan Hasil Belajar IPS Materi Memelihara Lingkungan di Kelas III Mi Bustanul Ulum Morodemak Bonang Demak Semester Gasal Tahun Pelajaran 2014/2015*. Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Departemen Kesehatan RI. *Pedoman Pengendalian Penyakit Asma*. Departemen Kesehatan RI, J. 2009. 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013. In Riset Kesehatan Dasar 2013. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Haryati, T. 2018. Hubungan Pemanfaatan Sumber Informasi Dengan Pengetahuan Remaja Tentang Seksual Di SMA N. 2 T. BALAI. *Jurnal Keperawatan Flora*, 11(1), 29–33.
- Herlinadiyaningsih, & Susilo Rahel Pambudig. 2019. Hubungan Pola Menstruasi dan Tingkat Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10.
- Kusuma NI. 2014. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Anemia pada Remaja Putri Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap dalam Mencegah Anemia pada Siswi Kelas X SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta [STIKes 'Aisyiyah Yogyakarta]. In *European Journal of Endocrinology* (Vol. 171, Issue 6).
- Mamahit, A. Y., Oktavyanti, D., Aprilyawan, G., Wibowo, M., Ishak, S. N., Solehah, E. L., Farani, S., Ulfain, & Suwarni, L. 2022. *Teori Promosi Kesehatan*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Meidayanti, R. D. 2017. *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan tentang Pencegahan Anemia terhadap Sikap dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Yogyakarta*. In Universitas Aisyiyah Yogyakarta: Vol. الح ا ل عدد (Issue 1). Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Nindi Mubarakatun Nafisah, & Salafas, E. 2021. Literature Review: Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Journal of Holistics and Health Science*, 3(2), 176–185. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v3i2.74>
- Putra, I. G. N. E., Pradnyani, P. E., Artini, N. N. A., & Astiti, N. L. E. P. 2017. Faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual pada remaja yang berpacaran di Kota Denpasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 11(2), 75.
- Razeza, A. D. 2020. *Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri Tentang Anemia di SMP Negeri 5 Kota Bengkulu*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
- Riskesdas. 2018. *Laporan Provinsi Kalimantan Tengah Riskesdas 2018*. In Kementerian Kesehatan RI. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Theresia, N., & Putri, F. R. 2021. *Penelitian Pemula Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Anemia*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya.
- Utari, W. R., Lisum, K., Wirdani, P., Marlina, N., & Pusat, K. J. 2020. Hubungan Karakteristik Responden Dan Sumber Informasi Dengan Pengetahuan Anemia Defisiensi Zat Besi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 12(3), 379–386.
- WHO. 2021. *Anaemia in women and children*. Noncommunicable Diseases.