

Pengaruh Media *Booklet* terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Anemia Remaja Putri

Nel Efni^{1*}, Tina Yuli Fatmawati²

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi, Indonesia

*Email Korespondensi: nelefni@gmail.com

Abstract

Two Million people in the world or more than 30% of the world's population suffer from anemia, especially due to iron deficiency. Anemia can affect anyone, including teenagers. Anemia causes blood to not bind and transport enough oxygen from the lungs to the rest of the body. If the oxygen needed is not enough, it will result in difficulty concentrating so that learning achievement decreases. The aim of this research is to determine the effect of booklet media in increasing knowledge about anemia in adolescents at SMP N 19 Jambi City. This research is a pre-experimental research that uses One Group Pre Test and Post Test. Sampling was taken using Proportionate sampling, totaling 35 people. Data were analyzed univariately and bivariately using the T Test statistical test. The research results showed that there was an influence of booklet media in increasing knowledge about anemia in young women at SMP N 19 Jambi City with a value (p value <0.005). Booklet media as an effective medium can be used to convey information, especially about anemia

Keywords: anemia, health education, knowledge, teenager

Abstrak

Dua milyar penduduk dunia atau lebih dari 30% populasi penduduk dunia mengalami anemia terutama karena defisiensi zat besi, anemia bisa menyerang siapapun tak terkecuali remaja. Anemia menyebabkan darah tidak cukup mengikat dan mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Bila oksigen yang diperlukan tidak cukup, maka akan berakibat pada sulitnya berkonsentrasi sehingga prestasi belajar menurun. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh media booklet dalam meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja di SMP N 19 Kota Jambi. Penelitian ini merupakan penelitian pre-eksperimen yang menggunakan *One Group Pre-test* dan *Post-test*. Pengambilan sampel dengan cara *Proportionate sampling*, berjumlah 35 orang. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji statistik *T Test*. Hasil penelitian diperoleh ada Pengaruh media *Booklet* dalam meningkatkan pengetahuan tentang Anemia pada remaja putri di SMP N 19 Kota Jambi dengan nilai (p value <0.005). Media booklet sebagai salah satu media yang efektif dapat digunakan untuk menyampaikan informasi khususnya tentang Anemia.

Kata Kunci: anemia, pendidikan kesehatan, pengetahuan, remaja

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (hemoglobin) tidak mencukupi kebutuhan fisiologis). Remaja putri menderita anemia bila kadar hemoglobin darah menunjukkan nilai kurang dari 12 gr/dl (Utami et al., 2021). Prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di dunia tahun 2019 berkisar sebanyak 29.9 % dan prevalensi anemia pada Wanita tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 29.6% . Berdasarkan hasil laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 oleh Balitbangkes di Indonesia prevalensi anemia pada remaja putri berkisar sebesar 27.2 % pada kelompok usia 15-24 tahun sedangkan pada remaja putra angka anemia lebih rendah yaitu sebesar 20.3 % sehingga hal ini menyebabkan anemia. Berdasarkan Profil Kesehatan Dinas Kota Jambi, prevalensi Tahun 2017 didapatkan jumlah remaja putri yang menderita anemia sebanyak 262 (4,5%) dari jumlah keseluruhan yaitu 5841 remaja putri.

Anemia menyebabkan darah tidak cukup mengikat dan mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Bila oksigen yang diperlukan tidak cukup, maka akan berakibat pada sulitnya berkonsentrasi, sehingga prestasi belajar menurun, daya tahan fisik rendah sehingga mudah lelah, aktivitas fisik menurun, mudah sakit karena daya tahan tubuh rendah. Akibat dari anemia ini jika tidak diberi intervensi dalam waktu lama akan menyebabkan beberapa penyakit seperti gagal jantung kongestif, penyakit infeksi kuman, thalasemia, gangguan sistem imun, dan meningitis (Depkes RI, 2012).

Remaja putri lebih rentan dibandingkan dengan remaja laki-laki. Hal ini disebabkan kebutuhan zat besi pada remaja putri yang sudah menstruasi adalah tiga kali lebih besar daripada laki-laki. Orang yang mempunyai Hb yang rendah, secara fisik belum menunjukkan gejala anemia dan masih terlihat berada dalam keadaan yang relative sehat. Namun makin rendah Hb, menunjukkan makin berat keadaan anemia yang diderita dan makin rendah pula kemampuan kerja fisiknya (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2019)

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Mrl et al., 2019). Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Nursalam, 2012) dalam (Rachmawati, 2019). Salah satu upaya peningkatan pengetahuan diperlukan media edukasi. Media promosi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronik dan media luar ruang, sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatannya (Mrl et al., 2019). Dalam penelitian ini media yang digunakan dalam adalah booklet.

Booklet, ialah suatu media untuk menyampaikan pesan – pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik berupa tulisan maupun gambar. Booklet digunakan sebagai media untuk promosi kesehatan sehingga tenaga kesehatan tidak perlu repot lagi melakukan penjelasan secara berturut atau berulang-ulang tentang kesehatan dikarenakan pesan kesehatan tersebut sudah ada pada booklet (Mrl et al., 2019).

Penelitian sebelumnya oleh (Riani et al., 2023), hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh video TikTok terhadap pengetahuan ($P= 0,000$) dan sikap ($P= 0,000$) remaja. Pada penelitian ini menggunakan media Video edukasi melalui *TikTok* terbukti efektif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan anemia. Sebagian besar remaja putri belum memahami tentang anemia dengan baik, seperti gejala anemia, serta Upaya pencegahan anemia. Mengingat besarnya masalah yang ditimbulkan dari anemia, maka penulis merasa perlu melakukan penelitian tentang pengaruh media booklet dalam meningkatkan pengetahuan tentang *anemia* pada remaja di SMP N 19 Kota Jambi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian pre-eksperimen yang menggunakan One Group Pre Test dan Post Test yaitu pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan Kesehatan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/siswi kelas VIII SMP N 19 Kota Jambi dengan jumlah 253 Dengan kriteria inklusi: hadir pada saat penyuluhan, sehat dan komunikatif dengan jumlah sampel sebanyak 35 orang, Pengambilan sampel dengan cara Proportionate sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah booklet dan kuesioner *pre-test*, *post-test*. Analisa data menggunakan univariat dan bivariat dilakukan

untuk melihat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Uji statistik yang digunakan peneliti adalah Uji *T-Test*.

HASIL

Karakteristik Responden Berdasarkan jenis umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

No	Umur	Jumlah	Prentase
1	14 Tahun	8	22,8
2	13 Tahun	15	42,9
3	12 Tahun	10	28,6
4	11 Tahun	2	5,7
	Jumlah	35	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui dari 35 responden, mayoritas responden berumur 13 tahun 15 orang (42,9%)

Gambaran pengetahuan responden sebelum diberi pendidikan kesehatan (*Pre-Test*) dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan (*Post-Test*).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui distribusi gambaran pengetahuan responden sebelum diberi pendidikan kesehatan (*Pre Test*) dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan (*Post Test*). dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel. 2 Distribusi Gambaran pengetahuan responden sebelum diberi pendidikan kesehatan (*Pre Test*) dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan (*Post Test*) tentang anemia.

RESPONDEN	Sebelum Diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia	Sesudah Diberikan pendidikan kesehatan tentang Anemia
1	5	8
2	8	9
3	6	9
4	6	8
5	6	9
6	8	9
7	5	8
8	8	9
9	5	8
10	8	8
11	7	8
12	8	9
13	7	9
14	7	9
15	7	8
16	8	8
17	4	7
18	5	9
19	8	9
20	4	6
21	7	9

RESPONDEN	Sebelum Diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia	Sesudah Diberikan pendidikan kesehatan tentang Anemia
22	6	6
23	4	8
24	6	9
25	4	6
26	6	9
27	7	9
28	7	9
29	5	8
30	4	8
31	8	9
32	4	9
33	5	8
34	3	9
35	4	8
Jumlah	220	291
Rata-rata	6,28	8,31

Berdasarkan tabel.2 diketahui hasil gambaran responden sebelum diberi pendidikan kesehatan dengan jumlah 220 dan nilai rata-rata 6,28 dan gambaran responden setelah diberi pendidikan kesehatan dengan jumlah 291 dan nilai rata-rata 8,31.

Analisis Bivariat

Hasil yang diperoleh tentang Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media leaflet terhadap pengetahuan remaja putri dalam melakukan deteksi dini kanker payudara melalui pemeriksaan payudara sendiri di SMP.N 19 Kota Jambi, dapat di lihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3 Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media *Booklet* dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja di SMP.N 19 Kota Jambi

<i>Variabel</i>	<i>Mean</i>	<i>Standar Deviasi</i>	<i>Std. Error</i>	<i>P Value</i>
gambaran responden sebelum diberi pendidikan kesehatan	6,28	.971	.297	0.000
gambaran responden setelah diberi pendidikan kesehatan	8.31	1.632	.177	

Hasil analisis tabel 3 di atas diketahui bahwa gambaran responden sebelum diberi pendidikan kesehatan, dimana rata-rata adalah 6,28 dengan standar deviasi 0,971 dan standar eror 0,297 sedangkan gambaran responden setelah diberi pendidikan kesehatan dengan rata-rata 8.31 dengan standar deviasi 0,177 dan standar eror 0,177. Hasil uji statistik *paired t-test* didapatkan nilai *p-value* = 0,000 < 0,05 dengan selisih nilai mean 2,00. Maka dapat disimpulkan bahwa secara statistik ada Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media booklet terhadap pengetahuan tentang Anemia pada Remaja di SMP.N 19 Kota Jambi.

PEMBAHASAN

Pada penelitian edukasi dengan booklet diatas terjadi peningkatan skor pengetahuan pre dan posttest. gambaran responden sebelum diberi pendidikan kesehatan dengan nilai rata-rata 6,28 , setelah diberi pendidikan kesehatan dengan nilai rata-rata 8,31. Terjadi

peningkatan sebesar 2,03. Dari penelitian diatas masih banyak responden yang belum memahami tentang Anemia sehingga perlunya pendidikan kesehatan pada siswi agar pemahaman tentang tehnik ANEMIA dapat meningkat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Safitri & Fitrianti, 2016), diperoleh Peningkatan rerata pengetahuan gizi pada kelompok ceramah dari sebelumnya sebesar 72,99% menjadi 78,88%, sedangkan pada kelompok booklet rerata pengetahuan sebelum edukasi sebesar 73,96% menjadi 78,89%. Peningkatan rerata sikap gizi pada kelompok ceramah dari sebelumnya sebesar 75,86 menjadi 79,07, sedangkan peningkatan rerata sikap pada kelompok booklet dari sebelumnya sebesar 73,14 menjadi 78,93. Terdapat perbedaan rerata pengetahuan dan sikap gizi pada kelompok ceramah dan booklet ($p < 0,05$). Namun, tidak terdapat perbedaan perubahan pengetahuan dan sikap gizi pada kedua kelompok ($p > 0,05$).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu media. Media berfungsi untuk memudahkan seseorang dalam memahami informasi Peningkatan pengetahuan dan sikap ini menunjukkan keberhasilan dalam memberikan edukasi gizi dengan media booklet dan ceramah. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoadmojo, 2014). Media penyuluhan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya kearah positif terhadap kesehatan. (Susilawati, 2016). Media/Alat bantu pendidikan adalah alat-alat yang digunakan oleh petugas dalam menyampaikan bahan, materi atau pesan kesehatan

Anemia pada remaja putri akan berdampak pada kesehatan dan prestasi di sekolah dan nantinya akan berisiko anemia saat menjadi ibu hamil yang dapat menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan janin yang tidak optimal serta berpotensi menyebabkan komplikasi kehamilan dan persalinan serta kematian ibu dan anak (Kemenkes RI, 2020).

SIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan terdapat Pengaruh media booklet dalam meningkatkan pengetahuan tentang *anemia* pada remaja di SMP N 19 Kota Jambi. Media booklet sebagai salah satu media yang efektif dapat digunakan untuk penyampaian informasi khususnya tentang ANEMIA

SARAN

Bagi Pihak sekolah agar meningkatkan koordinasi dengan pihak Puskesmas agar secara rutin memberikan edukasi kepada siswa terutama dalam Pendidikan Kesehatan tentang anemia dan maslah Kesehatan lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Bapak Ketua STIKes Baiturrahim atas dukungan dan motivasinya , Pihak Sekolah dan siswi serta berbagai pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu Namanya dalam penelitian ini semoga mendapat pahala dari Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Notoatmodo. 2014. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Riskesdas, (2018). *Data Anemia*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2019). *Profil Indonesia Kesehatan 2018*. In *Profil Kesehatan 2018*.
- Kemenkes RI. (2020). *Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri*.

- In *Kementrian Kesehatan RI*. Direktorat Gizi Masyarakat Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat: Kementerian Kesehatan 2020.
<http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>
- Mrl, A., Jaya, I. M. M., & Mahendra, D. (2019). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Jakarta: Universitas Kristen Indonesia.
- Rachmawati, W. C. (2019). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Wineka Media.
- Riani, P., Sukriani, W., & Lucin, Y. (2023). Pengaruh Edukasi Kesehatan Berbasis Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pencegahan Palangka Raya. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 10(2), 307–320.
- Safitri, N. R. D., & Fitrianti, D. Y. (2016). *Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Ceramah Dan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Remaja Overweight*. 5(Jilid 2), 374–380.
- Utami, A., Margawati, A., Pramono, D., & Diah Rahayu Wulandari. (2021). Anemia pada Remaja Putri. In *Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. http://doc-pak.undip.ac.id/12690/1/Modul_Anemia.pdf
- WHO. (2021). World Health Statistic 2021 Monitoring Health for SDGs. Switzerland, <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342703/9789240027053-eng.pdf>