MANUSKRIP

PENGARUH EDUKASI ANEMIA MELALUI BOOKLET TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN SYAICHONA KHOLIL 2 BANGKALAN

Oleh :

Maysaroh

NIM : 22153010023

NHM
Universitas Noor Huda Mustofa

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN

UNIVERSITAS NOOR HUDA MUSTOFA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH EDUKASI ANEMIA MELALUI BOOKLET TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN SYAICHONA KHOLIL 2 BANGKALAN

NASKAH PUBLIKASI

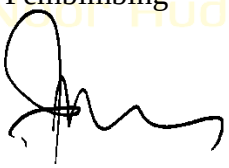
Oleh :

Maysaroh

NIM : 22153010023

Bangkalan, 20 Juli 2026

Pembimbing



Bdn. Lelly Aprilia Vidayati, S.SiT.,M.Kes

NIDN : 0729048401

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN

UNIVERSITAS NOOR HUDA MUSTOFA

2026

PENGARUH EDUKASI ANEMIA MELALUI BOOKLET TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN SYAICHONA KHOLIL 2 BANGKALAN

Maysaroh[1], Bdn.Lelly Aprilia Vidayati,S.SiT.,M.Kes[2]

1) Mahasiswa S1 Kebidanan Universitas Noor Huda Mustofa
2) Dosen Kebidanan Universitas Noor Huda Mustofa
Email :sarahmaysaroh70@gmail.com

ABSTRAK

Anemia masih menjadi masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja putri. Rendahnya pengetahuan, sikap, dan tindakan dalam pencegahan anemia, seperti kurang mengonsumsi tablet tambah darah, menjadi faktor yang meningkatkan risiko terjadinya anemia. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi anemia melalui media booklet terhadap perilaku pencegahan anemia pada remaja putri.

Desain penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Pre-Experimental One Group Pretest–Posttest Design*. Variabel independen adalah edukasi anemia melalui media booklet, sedangkan variabel dependen adalah perilaku pencegahan anemia. Populasi penelitian berjumlah 63 remaja putri dengan sampel sebanyak 54 responden dengan menggunakan teknik *simple Random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Uji statistik menggunakan *wilcoxon Signed Rank Test*. Penelitian ini sudah melalui uji layak etik. *NO:3408/KEPK/UNIV-NHM/V/2026*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden memiliki perilaku pencegahan anemia kategori kurang, yaitu sebanyak 46 responden (85,2%). Setelah intervensi, sebagian besar responden memiliki perilaku pencegahan anemia kategori baik, yaitu sebanyak 50 responden (92,6%). Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest ($p = 0,000$; $p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi anemia melalui media booklet berpengaruh terhadap peningkatan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri.

Edukasi anemia melalui media booklet terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri, sehingga mampu memperbaiki pengetahuan, membentuk sikap yang lebih positif, dan mendorong tindakan pencegahan anemia.

Kata Kunci : Anemia, Booklet, Edukasi Kesehatan, Perilaku Pencegahan Anemia, Remaja Putri.

Universitas Noor Huda Mustofa

THE EFFECT OF BOOKLET MEDIA-BASED ANEMIA EDUCATION ON ANEMIA PREVENTION BEHAVIOR AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SYAICHONA KHOLIL 2 ISLAMIC BOARDING SCHOOL, BANGKALAN

Maysaroh[1], Bdn.Lelly Aprilia Vidayati,S.SiT.,M.Kes[2]

1) *S1 Midwifery students of Universitas Noor Huda Mustofa*
2) *Midwifery lecturer of Universitas Noor Huda Mustofa*

Email : sarahmaysaroh70@gmail.com

ABSTRACT

Anemia remains a prevalent health problem among adolescent girls. Inadequate knowledge, attitudes, and practices regarding anemia prevention, such as insufficient consumption of iron supplementation tablets, are factors that increase the risk of anemia. This study aimed to analyze the effect of anemia education through booklet media on anemia prevention behavior among adolescent girls.

This study employed a quantitative method with a Pre-Experimental One Group Pretest–Posttest Design. The independent variable was anemia education delivered through booklet media, while the dependent variable was anemia prevention behavior. The study population consisted of 63 adolescent girls, with a sample of 54 respondents selected using the simple random sampling technique. Data were collected using a questionnaire. Statistical analysis was performed using the Wilcoxon Signed Rank Test. This study received ethical clearance (No. 3408/KEPK/UNIV-NHM/V/2026).

The results showed that before the educational intervention, most respondents demonstrated poor anemia prevention behavior, accounting for 46 respondents (85.2%). Following the intervention, the majority of respondents demonstrated good anemia prevention behavior, accounting for 50 respondents (92.6%). The statistical analysis revealed a significant difference between the pretest and posttest scores ($p = 0.000$; $p < 0.05$), indicating that anemia education through booklet media significantly improved anemia prevention behavior among adolescent girls.

Anemia education delivered through booklet media was proven to be effective in improving anemia prevention behavior among adolescent girls by enhancing knowledge, fostering more positive attitudes, and encouraging anemia prevention practices.

Keywords**: **Anemia, Booklet, Health Education, Anemia Prevention Behavior, Adolescent Girls.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan keadaan ketika kadar hemoglobin (Hb) atau jumlah sel darah merah berada di bawah batas normal sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh menurun. Secara fisiologis, kondisi ini terjadi akibat tidak tercukupinya hemoglobin untuk memenuhi kebutuhan oksigen berbagai organ. Pada remaja usia 12–14 tahun dan perempuan yang tidak hamil berusia ≥15 tahun, anemia ditetapkan apabila kadar Hb kurang dari 12 g/dL. Berdasarkan tingkat keparahannya, anemia diklasifikasikan menjadi anemia ringan dengan kadar Hb 9–10 g/dL, anemia sedang dengan kadar Hb 7–8 g/dL, dan anemia berat apabila kadar Hb kurang dari 7 g/dL. Masalah ini masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat karena remaja putri berusia 10–19 tahun termasuk kelompok yang memiliki risiko tinggi mengalami anemia.

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2023, diperkirakan sekitar 500 juta perempuan berusia 15–49 tahun serta 269 juta anak usia 6–59 bulan di seluruh dunia mengalami anemia. Beban kasus terbesar ditemukan di kawasan Afrika dan Asia Tenggara, dengan estimasi 106 juta perempuan dan 103 juta anak di Afrika, serta 224 juta perempuan dan 83 juta anak di Asia Tenggara yang terdampak kondisi tersebut.

Di Indonesia, anemia pada remaja masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian serius. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada kelompok usia 15–24 tahun mencapai 15,5%. Sementara itu, Riskesdas 2018 melaporkan angka kejadian sebesar 32%, yang berarti sekitar tiga hingga empat dari sepuluh remaja mengalami anemia (Zaimy et al., 2021). Di Provinsi Jawa Tengah, prevalensi anemia tercatat sebesar 26,5% (BPS, 2022).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2020), prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 42%. Kementerian Kesehatan RI juga melaporkan bahwa lima provinsi dengan angka kejadian tertinggi berturut-turut adalah Maluku Utara (76,2%), Jambi (69,0%), Daerah Istimewa Yogyakarta (67,7%), Riau (64,2%), dan Nusa Tenggara Timur (59,7%), sedangkan Kalimantan Timur memiliki prevalensi terendah, yaitu 7,8% (Kementerian RI, 2020).

Studi pendahuluan yang dilaksanakan pada 10 Oktober 2025 di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan terhadap 10 remaja putri melalui pemeriksaan konjungtiva menunjukkan bahwa 7 responden (70%) memiliki konjungtiva pucat, sedangkan 3 responden (30%) tidak menunjukkan tanda tersebut. Hasil ini mengindikasikan masih adanya dugaan anemia pada sebagian besar responden. Kondisi tersebut diduga dipengaruhi oleh keterbatasan konsumsi makanan bergizi, terutama sumber zat besi. Sebagian besar santri lebih sering mengonsumsi makanan siap saji, sementara makanan yang disediakan di pesantren hanya dua kali sehari dan belum sepenuhnya memenuhi kebutuhan gizi harian. Ketersediaan sayuran juga masih terbatas karena hanya disajikan sekitar dua minggu sekali. Selain itu, tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang masih rendah. Sekitar 95% remaja putri belum memahami kebutuhan gizi yang sesuai pada masa remaja dan belum pernah memperoleh edukasi mengenai pola konsumsi yang dapat mencegah anemia. Kondisi tersebut berdampak pada rendahnya kesadaran dalam menerapkan perilaku pencegahan anemia.

Anemia pada remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya rendahnya asupan zat besi, konsumsi bahan pangan yang mengandung zat besi dengan daya serap rendah, serta meningkatnya kebutuhan zat besi akibat kehilangan darah selama menstruasi. Selain itu, status gizi, kualitas pola makan, kondisi lingkungan, akses terhadap pelayanan

kesehatan, tingkat sosial ekonomi, serta pengetahuan mengenai anemia juga berkontribusi terhadap terjadinya kondisi tersebut. Kurangnya pemahaman tentang penyebab, gejala, dan pencegahan anemia dapat mendorong terbentuknya kebiasaan makan yang kurang sehat sehingga meningkatkan risiko kejadian anemia pada remaja putri (Subratha, 2020). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan menjadi salah satu strategi penting dalam upaya pencegahan.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2022) menunjukkan bahwa anemia dapat menurunkan kemampuan belajar remaja putri. Kondisi tubuh yang mudah lelah, lemah, dan kurang bugar menyebabkan konsentrasi menurun sehingga berdampak pada prestasi akademik. Selain itu, rasa kurang percaya diri akibat kondisi fisik tersebut dapat mengurangi partisipasi dalam aktivitas sosial maupun kegiatan pembelajaran.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai anemia adalah melalui kegiatan edukasi kesehatan. Penyuluhan yang memuat informasi tentang penyebab, tanda dan gejala, faktor risiko, dampak, serta cara pencegahan anemia terbukti mampu meningkatkan pengetahuan peserta (Ernawati, 2021). Bagi remaja yang telah mengalami anemia, pemenuhan kebutuhan zat besi perlu dilakukan melalui konsumsi makanan bergizi seimbang yang berasal dari sumber hewani, seperti daging, ayam, ikan, dan hati, maupun sumber nabati, seperti sayuran hijau serta kacang-kacangan. Selain itu, fortifikasi pangan dan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin sesuai dosis yang dianjurkan juga merupakan langkah efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin sekaligus mencegah kekurangan zat besi.

Penyampaian informasi kesehatan akan lebih efektif apabila didukung oleh media edukasi yang menarik, mudah dipahami, dan sesuai dengan karakteristik sasaran. Salah satu media yang banyak digunakan adalah booklet**,** yaitu media cetak berbentuk buku kecil yang memadukan teks dengan ilustrasi. Booklet memiliki berbagai kelebihan, seperti praktis dibawa, dapat dipelajari kapan saja, mudah dipahami karena disajikan secara ringkas, dapat dibaca berulang kali, serta mampu meningkatkan daya tarik belajar melalui kombinasi gambar dan tulisan. Oleh karena itu, booklet dinilai sebagai media yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan dan mendorong perubahan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri. (Pati & Nani, 2024). Booklet juga dapat membantu remaja mengerti konsep yang kompleks dengan cara yang lebih mudah, serta mendorong motivasi mereka untuk mencegah terjadinya anemia lebih baik. Mengingat tingginya angka kejadian anemia di kalangan remaja, minimnya sumber informasi yang valid, serta kurangnya sarana pendidikan yang sesuai di sekolah, penelitian ini memiliki urgensi yang signifikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dampak pendidikan mengenai anemia melalui sarana booklet terhadap perilaku pencegahan anemia pada remaja putri, sehingga dapat menjadi salah satu pilihan intervensi yang praktis dan memiliki potensi untuk meningkatkan pemahaman serta perilaku sehat di kalangan remaja. (Dewi, 2020).

METODE

1. Hasil Data Umum

1. Distribusi Frekuensi Santri Putri Berdasarkan umur

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan

Usia	***Frekuensi***	persentase %
13-15	24	44,4
16-18	30	55,6
total	54	100,0

Sumber: Data Primer, Mei 2026

Berdasarkan Tabel 4.1, dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja putri yang menjadi responden penelitian berada pada kelompok usia 16–18 tahun, yaitu sebanyak 30 orang (55,6%).

2. Distribusi Frekuensi Santri Putri Berdasarkan Kelas

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Santri Putri Berdasarkan Kelas di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

Kelas	Frekuensi	Persentase (%)
Kelas 1	5	9,3
Kelas 2	7	13,0
Kelas 3	11	20,3
Kelas 4	7	13,0
Kelas 5	13	24,1
Kelas 6	11	20,3
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer, Mei 2026

Berdasarkan Tabel 4.2, dapat diketahui bahwa sebagian kecil remaja putri berada di Kelas 5 dengan jumlah 13 orang (24,1%). Remaja putri yang berada di Kelas 3 dan Kelas 6 masing-masing berjumlah 11 orang (20,4%). Sementara itu, Kelas 2 dan Kelas 4 masing-masing terdiri dari 7 orang (13,0%), sedangkan jumlah remaja putri paling sedikit terdapat pada Kelas 1 yaitu sebanyak 5 orang (9,3%). Data tersebut menunjukkan bahwa Kelas 5 merupakan kelas dengan jumlah remaja putri terbanyak dalam penelitian ini.

3. Distribusi Frekuensi Santri Putri Berdasarkan HB

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Santri Putri Berdasarkan HB di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

Kategori hb	Batas kadar (g/dl)	Frekuensi	Persentase%
Hb rendah	<12,0	19	35,2%
Hb tinggi	>12,0	35	64,8%
total		54	100,0

Sumber: Data Primer, Mei 2026

Berdasarkan Tabel 4.2, terlihat bahwa kategori dengan persentase tertinggi adalah remaja putri yang memiliki kadar hemoglobin (Hb) >12,0 g/dL, yaitu sebanyak 35 orang (64,8%).

2. Data Khusus

Pada bagian data khusus disajikan hasil pengumpulan data yang mencakup distribusi tingkat pengetahuan, sikap, tindakan, serta pengaruh pemberian edukasi anemia melalui media booklet terhadap perilaku pencegahan anemia pada remaja putri.

4.1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sebelum dan sesudah Diberikan Edukasi Booklet.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sebelum Diberikan Edukasi Booklet

Pengetahuan	rekuensi	Persentase (%)
Kurang	46	85,2
Cukup	8	14,8
Baik	0	0,0
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer, Mei 2026

Berdasarkan Tabel 4.3, dapat diketahui bahwa hampir seluruhnya remaja putri memiliki tingkat pengetahuan tentang pencegahan anemia dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 46 orang (85,2%).

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sesudah Diberikan Edukasi Booklet

Pengetahuan	***Frekuensi***	Persentase (%)
Cukup	9	16,7
Baik	45	83,3
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer, Mei 2026

Berdasarkan Tabel 4.4, dapat diketahui bahwa setelah diberikan edukasi melalui media booklet, hampir seluruhnya remaja putri memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik, yaitu sebanyak 45 orang (83,3%).

2. Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sebelum dan sesudah Diberikan Edukasi Booklet

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sebelum Dan Sesuadah Diberikan Edukasi Booklet

Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	37	68,5
Cukup	17	31,5
Baik	0	0,0
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer, Mei 2026

Berdasarkan Tabel 4.5, dapat diketahui bahwa hampir seluruhnya remaja putri memiliki sikap tentang pencegahan anemia dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 37 orang (68,5%).

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sesudah Diberikan Edukasi Booklet

Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
Cukup	4	7,4
Baik	50	92,6
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer, Mei 2026

Berdasarkan Tabel 4.6, dapat diketahui bahwa setelah diberikan edukasi melalui media booklet, hampir seluruhnya remaja putri memiliki sikap tentang pencegahan anemia dalam kategori baik, yaitu sebanyak 50 orang (92,6%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kategori sikap baik merupakan kategori dengan persentase tertinggi setelah pemberian edukasi melalui media booklet.

4.3. Distribusi Frekuensi Tindakan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sebelum dan sesudah Diberikan Edukasi Booklet.

Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Tindakan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sebelum Diberikan Edukasi Booklet.

Tindakan	Frekuensi	Persentase (%)
cukup	43	79,6
kurang	11	20,4
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer, Mei2026

Berdasarkan Tabel 4.7, dapat diketahui bahwa hampir seluruhnya remaja putri memiliki tindakan pencegahan anemia dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 43 orang (79,6%).

Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Tindakan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sesudah Diberikan Edukasi Booklet

Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	50	92,6
Cukup	4	7,4
Total	54	100,0

Sumber: Data Primer, Mei 2026

Berdasarkan Tabel 4.8, dapat diketahui bahwa setelah diberikan edukasi melalui media booklet, hampir seluruhnya remaja putri memiliki tindakan pencegahan anemia dalam kategori baik, yaitu sebanyak 50 orang (92,6%).

4. Pengaruh Edukasi Booklet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

Uji Tabel 4.10 Distribusi Pengetahuan Hasil Analisis Uji SPSS Menggunakan Wilcoxon

Pengetahuan	Pemberian edukasi			
	Sebelum edukasi	%	Sesudah edukasi	%
Baik	0	0,0%	51	94,4 %
Cukup	13	24,1 %	3	5,6%
Kurang	41	75,5 %	0	00,%
Total	54			
Uji Statistik Wilcoxon : p = 0,000 < 0,05				

Berdasarkan Tabel 4.9, diketahui bahwa pada saat Pre Test, sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan tentang pencegahan anemia dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 41 orang (75,9%), sedangkan 13 orang (24,1%) berada dalam kategori cukup, dan tidak ada remaja putri yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik (0,0%). Setelah diberikan edukasi melalui media booklet dan dilakukan Post Test, mayoritas remaja putri memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik, yaitu sebanyak 51 orang (94,4%), sedangkan 3 orang (5,6%) berada dalam kategori cukup, dan tidak terdapat remaja putri yang berada pada kategori kurang.

Untuk mengetahui pengaruh edukasi melalui media booklet terhadap pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia, dilakukan uji statistik Wilcoxon menggunakan program SPSS. Hasil analisis menunjukkan nilai p-value = 0,000, yang berarti lebih kecil dari nilai α = 0,05 (0,000 < 0,05), sehingga H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui media booklet terhadap pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

5. Pengaruh Edukasi Booklet Terhadap Sikap Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

Tabel 4.11 Distribusi Sikap Hasil Analisis Uji SPSS Menggunakan Uji Wilcoxon

Sikap	Pemberian edukasi			
	Sebelum edukasi	%	Sesudah edukasi	%
Baik	0	0,0%	49	90,7%
Cukup	15	27,8%	5	9,3%
Kurang	39	72,2%	0	0,0%
Uji Statistik Wilcoxon : p = 0,000 < 0,05				

Berdasarkan Tabel 4.10, diketahui bahwa pada saat *Pre Test*, sebagian besar remaja putri memiliki sikap tentang pencegahan anemia dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 39 orang (72,2%), sedangkan 15 orang (27,8%) memiliki sikap dalam kategori cukup, dan tidak terdapat remaja putri yang memiliki sikap dalam kategori baik (0,0%). Setelah diberikan edukasi melalui media booklet dan dilakukan *Post Test*, mayoritas remaja putri memiliki sikap dalam kategori baik, yaitu sebanyak 49 orang (90,7%), sedangkan 5 orang (9,3%) berada dalam kategori cukup.

Untuk mengetahui pengaruh edukasi melalui media booklet terhadap sikap remaja putri tentang pencegahan anemia, dilakukan uji *statistik Wilcoxon* menggunakan program SPSS. Hasil analisis menunjukkan nilai *p-value* = 0,000, yang lebih kecil dari nilai α = 0,05 (0,000 < 0,05), sehingga H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui media booklet terhadap sikap remaja putri tentang pencegahan anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

6.

6.Pengaruh Edukasi Booklet Terhadap Tindakan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan

Tabel 4.12 Distribusi Tindakan Hasil Analisis Uji SPSS Menggunakan Uji Wilcoxon

Tindakan	Pemberian edukasi			
	Sebelum edukasi	%	Sesudah edukasi	%
Baik	0	0,0%	50	92,6 %
Cukup	17	31,5 %	4	7,4%
Kurang	37	68,5 %	0	0,0%
Uji Statistik Wilcoxon : p = 0,000 < 0,05				

Berdasarkan Tabel 4.11, dapat diketahui bahwa pada saat Pre Test sebagian besar remaja putri memiliki tindakan pencegahan anemia dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 37 orang (68,5%), sedangkan 17 orang (31,5%) berada dalam kategori cukup. Tidak terdapat remaja putri yang memiliki tindakan dalam kategori baik (0,0%). Setelah diberikan edukasi melalui media booklet dan dilakukan Post Test, mayoritas remaja putri memiliki tindakan pencegahan anemia dalam kategori baik, yaitu sebanyak 50 orang (92,6%), sedangkan 4 orang (7,4%) berada dalam kategori cukup, dan tidak ada remaja putri yang termasuk dalam kategori kurang.

Untuk mengetahui pengaruh edukasi melalui media booklet terhadap tindakan remaja putri tentang pencegahan anemia, dilakukan uji statistik Wilcoxon menggunakan program SPSS. Hasil analisis menunjukkan nilai p-value = 0,000, yang lebih kecil dari nilai signifikansi α = 0,05 (0,000 < 0,05), sehingga H_1 diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari edukasi melalui media booklet terhadap tindakan remaja putri dalam pencegahan anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

PEMBASAHAN

Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Edukasi Booklet

Berdasarkan hasil penelitian Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan sebelum di berikan edukasi melalui media booklet hampir seluruhnya remaja putri mencakup kategori kurang, remaja putri memiliki pencegahan anemia yang masih tergolong kurang 85,2%. Berdasarkan hasil rekapitulasi kuisioner skor paling rendah pada pernyataan 2 dan 5, belum memiliki pengetahuan tentang pengertian anemia dan mencegah anemia sebagian besar remaja putri menunjukkan perilaku pencegahan anemia dalam kategori kurang. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebelum memperoleh edukasi, remaja putri belum memahami pentingnya memenuhi kebutuhan zat besi dan menjaga pola makan yang teratur sebagai upaya pen\cegahan anemia.

Peneliti berpendapat bahwa rendahnya upaya pencegahan anemia pada remaja putri sebelum diberikan edukasi melalui media booklet dipengaruhi oleh keterbatasan pengetahuan mengenai anemia serta langkah-langkah pencegahannya. Kondisi tersebut menyebabkan kesadaran remaja putri untuk menerapkan pola hidup sehat sebagai upaya mencegah anemia masih belum optimal. Selain itu, tindakan pencegahan anemia yang masih berada pada kategori kurang menunjukkan bahwa sebagian santri putri belum memperoleh informasi yang memadai mengenai anemia, termasuk penyebab, dampak, dan cara pencegahannya, sehingga penerapan upaya pencegahan dalam kehidupan sehari-hari belum dilakukan secara konsisten.

Temuan penelitian ini sejalan dengan *Social Cognitive Theory* yang dikemukakan oleh Bandura, yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang terbentuk melalui interaksi antara faktor

individu, lingkungan, dan proses belajar dari pengalaman. Dalam penelitian ini, media booklet berfungsi sebagai sarana edukasi yang mampu meningkatkan pengetahuan sekaligus memperkuat *self-efficacy* remaja putri untuk menerapkan upaya pencegahan anemia. Sebelum memperoleh edukasi, terbatasnya informasi yang dimiliki responden menyebabkan upaya pencegahan anemia belum dilakukan secara optimal. Setelah intervensi diberikan, peningkatan pemahaman yang diperoleh melalui booklet mendorong perubahan ke arah yang lebih positif dalam mencegah anemia.

Setelah diberikan edukasi melalui media booklet, terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri yang hampir seluruhnya memiliki kategori baik (83,3%). Berdasarkan hasil rekapitilasi kuisioner sekor tertinngi berada di pernyataan 1dan 7, mengenai penertian dan dampak anemia peningkatan tersebut terjadi karena booklet memberikan informasi yang mudah dipahami, menarik, dan dapat dibaca berulang kali sehingga membantu remaja putri memahami pentingnya menjaga asupan zat besi serta menerapkan pola makan yang sehat.

Setelah diberikan intervensi, serta tingginya skor pada pernyataan nomor 1 dan 7. Temuan tersebut menunjukkan bahwa remaja putri semakin menyadari pentingnya mencukupi kebutuhan zat besi dan menerapkan pola makan bergizi seimbang sebagai langkah pencegahan anemia. Oleh karena itu, media booklet dapat dijadikan sebagai salah satu sarana edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan anemia pada remaja putri

Peneliti berpendapat bahwa peningkatan upaya pencegahan anemia pada remaja putri setelah diberikan edukasi melalui media booklet dipengaruhi oleh efektivitas media tersebut dalam menyampaikan informasi kesehatan secara jelas, sistematis, dan mudah dipahami. Materi yang disajikan dalam booklet dapat dibaca dan dipelajari kembali kapan saja, sehingga membantu remaja putri meningkatkan pemahaman mengenai pengertian anemia, dampak yang ditimbulkannya, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Peningkatan pemahaman tersebut tercermin dari bertambahnya jumlah remaja putri yang berada pada kategori baik dalam pengetahuan pencegahan anemia setelah mengikuti edukasi.

Setyarsih, Vonikartika, dan Novia (2022) menyatakan bahwa pengetahuan gizi memiliki peran penting dalam memengaruhi pencegahan anemia pada remaja putri. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki mengenai anemia, maka semakin baik pula kebiasaan yang ditunjukkan dalam upaya mencegah terjadinya anemia.

Gambaran Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Edukasi Booklet

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan, diketahui bahwa sikap remaja putri terhadap pencegahan anemia sebelum diberikan media edukasi booklet baik mengenai pentingnya pencegahan anemia Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh sebagian besar berada di kategori kurang (68,5%). berdasarkan hasil rekapitulasi kuisioner skor paling rendah pada pernyataan no 2 dan 10 mengenai pengertian amemia dan pencegahan anemia Kondisi ini terlihat dari masih rendahnya kesadaran remaja putri dalam melaksanakan pencegahan anemia, seperti kurang patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah, belum optimalnya pemilihan makanan bergizi seimbang, serta masih terbatasnya pemahaman mengenai dampak anemia terhadap kesehatan.

Peneliti berpendapat bahwa sikap remaja putri terhadap pencegahan anemia yang masih rendah sebelum diberikan edukasi menggunakan media booklet dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan dan kesadaran mengenai pentingnya

mencegah sanemia sejak dini. Keterbatasan informasi yang dimiliki santri putri terkait pengertian anemia, penyebab, dampak, serta cara pencegahannya berpotensi memengaruhi pembentukan sikap yang mendukung perilaku pencegahan anemia. Rendahnya skor pada pernyataan yang berkaitan dengan pengertian dan pencegahan anemia juga menunjukkan bahwa pemahaman santri putri mengenai konsep dasar anemia masih belum optimal. Kondisi tersebut dapat menyebabkan rendahnya dorongan untuk menerapkan pencegahan anemia, seperti mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur dan memilih makanan yang mengandung zat besi yang cukup. Oleh karena itu, pemberian edukasi kesehatan yang menarik, mudah dipahami, dan sesuai dengan kebutuhan remaja putri sangat diperlukan untuk meningkatkan pemahaman serta membentuk sikap yang lebih baik dalam upaya pencegahan anemia.

Menurut Setyarsih, Vonikartika, dan Novia (2022), tingkat pengetahuan yang dimiliki remaja putri memiliki pengaruh terhadap pencegahan anemia. Remaja putri yang memiliki pemahaman lebih baik mengenai anemia cenderung menunjukkan sikap yang lebih positif dalam melakukan upaya pencegahan. Pengetahuan yang mencakup pengertian anemia, faktor penyebab, dampak yang ditimbulkan, serta langkah-langkah pencegahannya dapat mendukung terbentuknya sikap yang baik dan meningkatkan kesadaran dalam menjaga kesehatan.

Setelah diberikan intervensi berupa edukasi melalui media booklet, terjadi penambahan sikap hampir seluruhnya kategori baik (92,3%. Berdasarkan hasil rekapitilasi kuisioner sekor tertinngi berada di pernyataan 9 dan 3, artinya remaja putri telah meemiliki sikap yang baik mengenai pencegahan anemia ditemukan adanya peningkatan sikap yang cukup signifikan, dengan nilai tertinggi terdapat pada pertanyaan nomor 3 dan nomor 9. Hasil ini menunjukkan bahwa remaja putri mengalami peningkatan pemahaman serta sikap penerimaan terhadap pentingnya pencegahan anemia, terutama dalam hal konsumsi makanan bergizi dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin.

Peneliti berpendapat bahwa peningkatan sikap remaja putri setelah memperoleh edukasi melalui media booklet disebabkan oleh kemampuan media tersebut dalam menyampaikan informasi secara mudah dipahami, sistematis, dan menarik. Materi yang terdapat dalam booklet membantu santri putri memahami pentingnya pencegahan anemia sehingga mampu membentuk sikap yang lebih positif. Hal ini terlihat dari meningkatnya proporsi remaja putri yang memiliki sikap baik setelah diberikan intervensi, serta tingginya skor pada pernyataan nomor 3 dan 9. Temuan tersebut menunjukkan bahwa santri putri semakin menyadari pentingnya menjaga asupan gizi yang seimbang dan mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin sebagai langkah pencegahan anemia. Oleh karena itu, media booklet dapat digunakan sebagai sarana edukasi yang efektif untuk meningkatkan sikap remaja putri dalam menerapkan sikap pencegahan anemia.

Menurut Tauriana dkk. (2026), edukasi gizi menggunakan media booklet terbukti efektif dalam meningkatkan sikap remaja putri tentang pencegahan anemia. Media booklet mampu menyampaikan informasi kesehatan secara sistematis, menarik, dan mudah dipahami sehingga dapat membantu remaja putri memahami pentingnya pencegahan anemia serta mendorong terbentuknya sikap yang lebih positif terhadap kesehatan. Penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan sikap yang signifikan setelah pemberian edukasi menggunakan booklet

Menurut *Notoatmodjo* (2021) yang menyatakan bahwa sikap perubahan sikap tersebut dapat berubah dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman, dan lingkungan sosial. Dalam penelitian ini, media booklet berfungsi sebagai stimulus edukatif yang

mampu meningkatkan pemahaman remaja putri sehingga mendorong terbentuknya sikap yang lebih positif terhadap pencegahan anemia.

Gambaran Tindakan Remaja Putri Tentang Anemia Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Edukasi Booklet

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan, tindakan remaja putri dalam pencegahan anemia sebelum diberikan media edukasi booklet sebagian kecil berada (20,4%). berdasarkan hasil rekapitulasi kuisioner skor paling rendah pada pernyataan no 2 dan 6. yang artinya remaja putri belum memiliki tindakan tentang pengertian dan dampak anemia hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian responden belum secara konsisten menerapkan tindakan pencegahan anemia, seperti mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi, mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin, serta menerapkan pola hidup sehat. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman mengenai pentingnya pencegahan anemia dan rendahnya kesadaran untuk menerapkan tindakan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

Peneliti berpendapat tindakan remaja putri dalam upaya pencegahan anemia yang masih tergolong rendah sebelum diberikan edukasi melalui media booklet disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan serta rendahnya kesadaran mengenai pentingnya pencegahan anemia. Skor yang rendah pada pernyataan nomor 2 dan 6 mengindikasikan bahwa sebagian remaja putri belum memiliki pemahaman yang optimal terkait konsep anemia serta dampak yang dapat ditimbulkannya terhadap kondisi kesehatan. Hal tersebut berpotensi memengaruhi penerapan tindakan pencegahan anemia dalam kehidupan sehari-hari, seperti konsumsi makanan tinggi zat besi, kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara teratur, serta penerapan pola hidup sehat. Dengan demikian, keterbatasan pemahaman mengenai anemia menjadi salah satu faktor yang menyebabkan tindakan pencegahan anemia pada remaja putri belum terlaksana secara konsisten dan optimal.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dijelaskan dalam Buku Ajar Pendidikan dan Promosi Kesehatan dalam Keperawatan (2024)**,** yang menyatakan bahwa tindakan kesehatan merupakan bentuk nyata dari penerapan sikap yang dimiliki seseorang. Individu yang memiliki pemahaman yang baik mengenai suatu masalah kesehatan cenderung lebih mampu menerapkan tindakan pencegahan secara berkelanjutan. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menghambat terbentuknya kesadaran sehingga tindakan kesehatan yang dilakukan menjadi kurang optimal. Pada penelitian ini, rendahnya skor pada pernyataan yang berkaitan dengan pengertian dan dampak anemia mengindikasikan bahwa sebagian remaja putri masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai anemia. Kondisi tersebut berdampak pada belum optimalnya pelaksanaan tindakan pencegahan anemia, seperti mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi, mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin, serta menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Setelah diberikan media edukasi booklet, sebagian besar remaja putri menunjukkan peningkatan tindakan hampir seluruhnya ke arah yang lebih baik (92,6%). Berdasarkan hasil rekapitilasi kuisioner sekor tertinngi berada di pernyataan 8 dan 9, yang artinya remaja putri sesudah mengalami peningkatan pemahaman tindakan tentang penyebab dan faktor memperhatikan konsumsi makanan bergizi, meningkatkan konsumsi sumber zat besi, serta memiliki kesadaran yang lebih baik untuk mengonsumsi Tablet Tambah Darah sesuai anjuran. Peningkatan tindakan tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan menggunakan booklet mampu memberikan pemahaman yang lebih baik sehingga mendorong perubahan tindakan kesehatan.

Peneliti berpendapat meningkatnya tindakan pencegahan anemia pada remaja putri setelah memperoleh edukasi melalui media booklet disebabkan oleh kemampuan media tersebut dalam menyampaikan informasi kesehatan secara sistematis, menarik, dan mudah dipahami. Materi yang disajikan dalam bentuk kombinasi teks dan gambar membantu remaja putri memahami penyebab anemia, pentingnya mengonsumsi makanan bergizi seimbang, memenuhi kebutuhan zat besi, serta mematuhi anjuran konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Pemahaman yang semakin baik tersebut mendorong tumbuhnya kesadaran dan motivasi untuk menerapkan tindakan pencegahan anemia dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, booklet memiliki keunggulan karena dapat dibaca kembali kapan saja, sehingga informasi yang diterima lebih mudah diingat dan diterapkan. Dengan demikian, media booklet dinilai efektif dalam meningkatkan tindakan pencegahan anemia pada remaja putri, yang terlihat dari bertambahnya jumlah remaja putri yang memiliki tindakan baik setelah diberikan intervensi dibandingkan sebelum memperoleh edukasi.

Peningkatan tindakan kesehatan setelah pemberian edukasi dapat dijelaskan melalui *Health Belief Model* (HBM)**.** Model ini menyatakan bahwa seseorang akan melakukan tindakan kesehatan apabila memiliki persepsi manfaat yang jelas, memahami risiko penyakit, serta mendapatkan "*cues to action*" berupa informasi atau media edukasi yang mudah dipahami. Booklet sebagai media edukasi berperan sebagai stimulus yang meningkatkan tindakan dan kesadaran sehingga mendorong perubahan tindakan kesehatan.Pengaruh Edukasi Booklet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemian

Berdasarkan hasil tabulasi silang didapatkan hampir seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan kurang pada saat *Pre Test* yaitu sebanyak 41 responden (75,9%), setelah dilakukan pemberian edukasi menggunakan media booklet kemudian dilakukan penilaian *Post Test*, hampir seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu sebanyak 51 responden (94,4%). Berdasarkan uji statistik non parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan menggunakan program SPSS diperoleh *p-value* < α (0,000 < 0,05), sehingga H_1 diterima yang artinya ada pengaruh edukasi booklet terhadap pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

Menurut peneliti pengaruh edukasi menggunakan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia terjadi karena booklet merupakan salah satu media pendidikan kesehatan yang mampu menyajikan informasi secara terstruktur, menarik, dan mudah dipahami. Penyampaian materi melalui perpaduan antara tulisan dan gambar membantu remaja putri memahami berbagai informasi terkait anemia, mulai dari pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak, hingga cara pencegahannya. Selain itu, booklet memiliki keunggulan karena dapat dibaca kembali kapan saja, sehingga dapat memperkuat daya ingat dan pemahaman terhadap materi yang telah diberikan. Meningkatnya pengetahuan setelah pemberian intervensi menunjukkan bahwa media booklet efektif dalam menambah wawasan remaja putri mengenai pentingnya pencegahan anemia. Semakin baik informasi yang diterima dan dipahami, maka semakin tinggi pula tingkat pengetahuan remaja putri mengenai perilaku pencegahan anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori *Edgar Dale* yang menjelaskan bahwa penggunaan media pembelajaran yang menggabungkan unsur visual dan verbal dapat membantu meningkatkan efektivitas pembelajaran. Media booklet yang memuat informasi dalam bentuk teks dan gambar memudahkan remaja putri dalam memahami materi tentang pencegahan anemia. Selain itu, booklet dapat digunakan

kembali dan dibaca berulang kali sehingga membantu memperkuat ingatan terhadap informasi yang telah diperoleh. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan yang terjadi setelah pemberian edukasi menunjukkan bahwa media booklet efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai upaya pencegahan anemia.

Pengaruh Edukasi Booklet Terhadap Sikap Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia

Berdasarkan hasil tabulasi silang didapatkan sebagian besar responden memiliki sikap kurang pada saat *Pre Test* yaitu sebanyak 39 responden (72,2%), setelah dilakukan pemberian edukasi menggunakan media booklet kemudian dilakukan penilaian *Post Test*, hampir seluruh responden memiliki sikap baik yaitu sebanyak 49 responden (90,7%). Berdasarkan hasil uji statistik non parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan menggunakan program SPSS diperoleh *p-value* < α (0,000 < 0,05), sehingga H_1 diterima yang artinya ada pengaruh edukasi booklet terhadap sikap remaja putri tentang pencegahan anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

Menurut peneliti perubahan sikap remaja putri setelah diberikan edukasi melalui media booklet terjadi karena booklet tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga dapat membangun pemahaman serta meningkatkan kesadaran responden mengenai pentingnya pencegahan anemia. Pada saat *pre test*, sebagian besar responden menunjukkan sikap yang kurang baik, yang mengindikasikan bahwa mereka belum memiliki kesadaran dan kesiapan yang optimal dalam menerapkan perilaku pencegahan anemia. Setelah diberikan intervensi menggunakan booklet, terjadi peningkatan sikap yang cukup signifikan pada hasil *post test*, di mana hampir seluruh responden memiliki sikap yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa informasi yang terdapat dalam booklet mampu memengaruhi aspek kognitif yang selanjutnya berperan dalam pembentukan sikap positif, seperti meningkatnya kepedulian terhadap kesehatan, kesediaan mengonsumsi makanan bergizi, serta kepatuhan dalam upaya pencegahan anemia. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan nilai *p-value* < 0,05 juga mengindikasikan adanya perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi menggunakan media booklet memberikan pengaruh yang signifikan terhadap sikap remaja putri tentang pencegahan anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

Hasil penelitian ini mendukung teori *Planned Behavior* yang dikemukakan oleh Ajzen (2021) yang menjelaskan bahwa sikap terbentuk berdasarkan keyakinan individu terhadap suatu perilaku, yang kemudian memengaruhi niat serta tindakan yang dilakukan. Pemberian edukasi melalui media booklet dapat meningkatkan pemahaman dan keyakinan remaja putri terkait pencegahan anemia, sehingga menghasilkan sikap yang lebih positif. Di sisi lain, *teori Health Belief Model* juga menyatakan bahwa perubahan sikap dipengaruhi oleh persepsi individu mengenai risiko penyakit serta manfaat dari tindakan kesehatan.

Pengaruh Edukasi Booklet Terhadap Tindakan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia

Berdasarkan hasil tabulasi silang didapatkan sebagian besar responden memiliki tindakan kurang pada saat *Pre Test* yaitu sebanyak 37 responden (68,5%), setelah dilakukan pemberian edukasi menggunakan media booklet kemudian dilakukan penilaian *Post Test*, hampir seluruh responden memiliki tindakan baik yaitu sebanyak 50 responden (92,6%). Berdasarkan uji statistik non parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan menggunakan program SPSS diperoleh *p-value* < α (0,000 < 0,05), sehingga H_1 diterima yang artinya ada pengaruh edukasi booklet terhadap tindakan remaja putri

tentang pencegahan anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

Menurut peneliti peningkatan tindakan remaja putri setelah diberikan edukasi melalui media booklet terjadi karena booklet tidak hanya berperan dalam menambah pengetahuan, tetapi juga mendorong responden untuk mengaplikasikan informasi yang diperoleh ke dalam perilaku sehari-hari. Pada saat *pre test*, sebagian besar responden masih memiliki tindakan yang kurang dalam upaya pencegahan anemia, yang menunjukkan bahwa penerapan perilaku hidup sehat terkait anemia belum berjalan secara optimal. Setelah diberikan intervensi menggunakan booklet, terjadi peningkatan tindakan yang cukup signifikan pada hasil *post test*, di mana hampir seluruh responden menunjukkan tindakan yang baik. Hal ini menggambarkan bahwa informasi yang terdapat dalam booklet mampu meningkatkan pemahaman yang kemudian diikuti dengan perubahan perilaku nyata, seperti meningkatnya kepatuhan dalam mengonsumsi makanan bergizi, bertambahnya kesadaran dalam pencegahan anemia, serta perbaikan perilaku kesehatan secara keseluruhan. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan nilai *p-value* <0,05 juga menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi menggunakan media booklet memberikan pengaruh yang signifikan terhadap tindakan remaja putri tentang pencegahan anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan.

Menurut Notoatmodjo (2021), pendidikan kesehatan merupakan suatu proses pemberian pembelajaran yang bertujuan meningkatkan kemampuan individu dalam menjaga dan meningkatkan derajat kesehatannya melalui perubahan pada aspek pengetahuan, sikap, dan perilaku. Booklet merupakan salah satu media edukasi yang efektif karena informasi yang disajikan dapat dibaca kembali secara berulang sehingga lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Teori tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan adanya peningkatan tindakan remaja putri dalam upaya pencegahan anemia setelah mendapatkan edukasi melalui media booklet. Peningkatan tersebut terlihat dari perubahan tindakan responden yang awalnya sebagian besar berada pada kategori kurang saat *pre-test*, kemudian berubah menjadi hampir seluruhnya berada pada kategori baik pada saat *post-test*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan judul Pengaruh Edukasi Anemia Melalui Booklet Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

a. Pengetahuan remaja putri dalam pencegahan anemia sebelum diberikan media edukasi booklet sebagian besar berada pada kategori kurang. sedangkan setelah diberikan media edukasi booklet sebagian besar berada pada kategori baik.
b. Sikap remaja putri dalam pencegahan anemia sebelum diberikan media edukasi booklet sebagian besar berada pada kategori kurang. Sedangkan setelah diberikan media edukasi booklet sebagian besar berada pada kategori baik.
c. Tindakan remaja putri dalam pencegahan anemia sebelum diberikan media edukasi booklet sebagian besar berada pada kategori kurang. sedangkan setelah diberikan media edukasi booklet sebagian besar berada pada kategori baik.
d. Terdapat pengaruh edukasi anemia melalui media booklet terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan anemia berdasarkan hasil uji Wilcoxon.

e. Terdapat pengaruh media edukasi booklet terhadap sikap remaja putri dalam pencegahan anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan berdasarkan uji Wilcoxon.

f. Terdapat pengaruh media edukasi booklet terhadap tindakan remaja putri dalam pencegahan anemia di Pondok Pesantren Putri Syaichona Kholil 2 Bangkalan berdasarkan uji Wilcoxon.

6.2 Saran

Setelah mengetahui hasil dari penelitian ini, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

6.2.1 Saran Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan bahan pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan kesehatan mengenai pencegahan anemia pada remaja putri. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan media edukasi yang lebih inovatif dan menarik, baik dalam bentuk media cetak maupun digital, sehingga dapat meningkatkan efektivitas pendidikan kesehatan dan perubahan perilaku remaja dalam mencegah anemia.

6.2.2 Saran Praktis

1. Bagi Pondok Pesantren

   Diharapkan pihak pondok pesantren dapat menyelenggarakan edukasi kesehatan secara rutin mengenai anemia, menyediakan informasi kesehatan yang mudah diakses, mendukung konsumsi makanan bergizi seimbang, serta meningkatkan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja putri.

2. Bagi Remaja

   Diharapkan remaja putri lebih aktif dalam mencari informasi mengenai anemia dan pencegahannya, menerapkan pola makan bergizi seimbang, rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah sesuai anjuran, serta menerapkan perilaku hidup sehat guna mencegah terjadinya anemia dan meningkatkan kualitas kesehatan di masa depan.

3. Bagi Peneliti

   Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan menggunakan media edukasi lain yang lebih variatif, menambah jumlah responden, serta melakukan penelitian dalam jangka waktu yang lebih panjang untuk mengetahui keberlanjutan perubahan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri.

REFERENS

Adelia. (2025). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Puteri di SMPN 20 Semarang.

Budiarti, A., Rustini, S. A., & Wirani, N. P. (2020). Studi fenomenologi penyebab anemia pada remaja di Surabaya.

Dewi, F., Anggraini, P., Ana, V., Setyawati, V., dkk. (2022).

Juliyanti, A., Budi, N. P., & Sari, R. P. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri.

Kusuma, T. U. (2022). Peran Edukasi Gizi dalam Pencegahan Anemia pada Remaja di Indonesia.

Nasruddin, H., Syamsu, R. F., & Permatasari, D. (2021). Angka Kejadian Anemia pada Remaja di Indonesia.

Nilawaty, E., Kridawati, A., & Ulfa, L. (2024). Pengaruh Pelaksanaan Aksi Bergizi terhadap Perilaku Pencegahan Anemia.

Notoatmodjo, S. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan.*

Puspikawati, S. I., dkk. (2021). Pendidikan Gizi tentang Anemia pada Remaja.

Rusdi, F. Y., Helmizar, & Rahmy, H. A. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Instagram terhadap Perubahan Perilaku Gizi Seimbang untuk Pencegahan Anemia.

Rusmery, A. C., Sangkai, M. A., & Widuri, P. D. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Pencegahan Anemia.