

**PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS MEDIA SOSIAL INSTAGRAM
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KONSUMSI TABLET
TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI
DI SMA NEGERI 1 BERINGIN**

KARYA TULIS ILMIAH



**INKE CLODIA BR PURBA
P01031122071**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III**

2025

**PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS MEDIA SOSIAL INSTAGRAM
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KONSUMSI TABLET
TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI
DI SMA NEGERI 1 BERINGIN**

Karya Tulis Ilmiah diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan
Kemenkes Medan



**INKE CLODIA BR PURBA
P01031122071**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2025**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

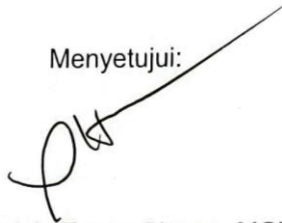
Judul :Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Media Sosial Instagram Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Beringin

Nama Mahasiswa : Inke Clodia Br Purba

Nomor Induk Mahasiswa : P01031122071

Program Studi : Diploma III


Menyetujui:



Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN
Pembimbing Utama/ Ketua Penguji



Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes
Anggota Penguji



Erlina Nasution, S.Pd, M.Kes
Anggota Penguji

Mengetahui:

Kepala Jurusan,



Riris Oppusungur, S.Pd, M.Kes
NIP. 196909231990032001

Tanggal Lulus: 08 Agustus 2025

ABSTRAK

INKE CLODIA BR PURBA “PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 BERINGIN” (DIBAWAH BIMBINGAN HARIPIN TOGAP SINAGA)

Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia karena kebutuhan zat besi yang tinggi serta kehilangan darah saat menstruasi. Salah satu upaya pencegahan anemia adalah dengan mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Namun, rendahnya tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri menjadi hambatan dalam kepatuhan mengkonsumsi TTD. Di era digital, media sosial Instagram dapat menjadi salah satu media yang efektif dalam menyampaikan edukasi kesehatan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi berbasis media sosial Instagram terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi TTD pada remaja putri di SMA Negeri 1 Beringin.

Penelitian ini merupakan penelitian quasi-eksperimen dengan rancangan one group pre-test dan post-test. Sampel berjumlah 57 siswi kelas XI yang dipilih secara purposive sampling. Intervensi dilakukan melalui penyampaian video edukasi di Instagram, dan penilaian dilakukan melalui pemberian kuesioner sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan Uji Wilcoxon karena data tidak berdistribusi normal.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor median pengetahuan dari 12.00 menjadi 14.00 dan skor median sikap dari 32.00 menjadi 36.00 setelah edukasi. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p=0.001$ baik untuk pengetahuan maupun sikap yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan.

Kesimpulan penelitian ini adalah edukasi gizi berbasis media sosial Instagram efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap konsumsi TTD pada remaja putri.

Kata Kunci :Remaja Putri, Edukasi Gizi, Media Sosial Instagram, Tablet Tambah Darah (TTD)

ABSTRACT

INKE CLODIA BR PURBA "THE EFFECT OF INSTAGRAM-BASED NUTRITION EDUCATION ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES TOWARD CONSUMING IRON SUPPLEMENT TABLETS AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMA NEGERI 1 BERINGIN" (CONSULTANT: HARIPIN TOGAP SINAGA)

Adolescent girls are a group vulnerable to anemia due to high iron needs and blood loss during menstruation. One effort to prevent anemia is by consuming Iron Supplement Tablets. However, low levels of knowledge and negative attitudes among adolescent girls are obstacles to compliance with Iron Supplement Tablets consumption. In the digital era, Instagram can be an effective medium for delivering health education.

This study aimed to determine the effect of Instagram-based nutrition education on the knowledge and attitudes toward consuming Iron Supplement Tablets among adolescent girls at SMA Negeri 1 Beringin.

This was a quasi-experimental study with a one-group pre-test and post-test design. The sample consisted of 57 eleventh-grade students selected through purposive sampling. The intervention was delivered via an educational video on Instagram, and assessments were conducted using questionnaires before and after the intervention. Data analysis used the Wilcoxon Test because the data were not normally distributed.

The results showed an increase in the median knowledge score from 12.00 to 14.00 and the median attitude score from 32.00 to 36.00 after the education. The Wilcoxon test results showed a p-value of 0.001 for both knowledge and attitudes, indicating a significant effect.

This study concluded that Instagram-based nutrition education is effective in improving the knowledge and attitudes toward Iron Supplement tablet consumption among adolescent girls.

Keywords: Adolescent Girls, Nutrition Education, Instagram Social Media, Iron Supplement Tablets



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga di dalam kasih penyertaan-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, dengan judul **“Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Media Sosial Instagram Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Beringin”**.

Dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku ketua program studi D-III Jurusan gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN selaku pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu, memberi saran dan motivasi selama proses penyusunan usulan proposal ini.
4. Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes selaku dosen penguji saya yang telah banyak memberikan saran dan masukan.
5. Erlina Nasution, S.Pd, M.Kes selaku dosen penguji saya yang telah banyak memberikan saran dan masukan.
6. Kepada pihak sekolah SMA Negeri 1 Beringin yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
7. Orangtua yang saya cintai, bapak Baik Purba dan mamak Rusmiati Br Ginting serta kakak saya Fransisca Ayu Br Purba, abang Aldikles Clodio Purba dan adik Alvin Imanta Purba yang selalu senantiasa memberikan dukungan, motivasi, serta doa yang tulus dalam penyelesaian Karya Tulis Ini.
8. Teman-teman seperjuangan gizi yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang selalu memberikan motivasi dan semangat untuk penulis.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak dalam penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Remaja Putri	5
1. Pengertian Remaja Putri	5
2. Klasifikasi Remaja	5
3. Perkembangan Remaja	6
B. Anemia.....	7
1. Pengertian Anemia.....	7
2. Gejala Anemia	8
3. Penyebab Anemia.....	8
C. Tablet Tambah Darah (TTD)	9
1. Pengertian Tablet Tambah Darah.....	9
2. Manfaat Tablet Tambah Darah	10
D. Edukasi gizi	11
1. Pengertian Edukasi Gizi.....	11
2. Metode Edukasi	11
3. Media Edukasi	12
E. Media Sosial Instagram	13
1. Pengertian Media Sosial	13
2. Karakteristik Media Sosial.....	13
3. Media Sosial Instagram	14
F. Pengetahuan.....	16
G. Sikap	18
H. Kerangka Teori.....	19
I. Kerangka Konsep	20
J. Definisi Operasional	20
K. Hipotesis	22

BAB III METODE PENELITIAN.....	23
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	23
B. Jenis dan Rancangan Penelitian	23
C. Populasi dan Sampel	23
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	25
E. Pengolahan dan Analisis Data	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
A. Gambaran Umum SMA Negeri 1 Beringin	29
B. Karakteristik	30
C. Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri SMA Negeri 1 Beringin	32
1. Pengetahuan Remaja Putri Tentang TTD.....	32
2. Pengaruh Edukasi Gizi Tentang TTD Terhadap Pengetahuan	34
3. Sikap Remaja Putri Tentang TTD	35
4. Pengaruh Edukasi Gizi Tentang TTD Terhadap Sikap ...	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	38
A. Kesimpulan	38
B. Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA.....	39
LAMPIRAN	44

DAFTAR TABEL

No	Hal
1. Definisi Operasional	20
2. Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Umur.....	31
3. Karakteristik Orang tua.....	32
4. Nilai Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi	34
5. Hasil Uji Wilcoxon Signed-rank Pre-test dan Post-test Pengetahuan.....	35
6. Nilai Sikap Sebelum dan Sesudah Edukasi	36
7. Hasil Uji Wilcoxon Signed-rank Pre-test dan Post-test Sikap Remaja Putri	37

DAFTAR GAMBAR

No	Hal
1. Kerangka Teori	19
2. Kerangka Konsep	20

DAFTAR LAMPIRAN

No	Hal
1. Surat Izin Penelitian	44
2. Surat Telah Melakukan Penelitian.....	45
3. Etik Penelitian	46
4. Master Data.....	53
5. Hasil Olah Data	56
6. Informed Constant.....	59
7. Lembar Pengisian Kuesioner Pre-test.....	60
8. Lembar Pengisian Kuesioner Post-test	64
9. Gambaran Pelaksanaan Intervensi	67
10. Media Edukasi.....	68
11. Materi Edukasi	71
12. Bukti Bimbingan	79
13. Pernyataan Keaslian Karya Tulis Ilmiah.....	81
14. Daftar Riwayat Hidup	82
15. Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	83
16. Dokumentasi	84

