

**PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA
BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 4 PANTAI LABU
KAB. DELI SERDANG**

KARYA TULIS ILMIAH



**DIRA ELFIRA BR SEMBIRING
P01031122108**

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

**PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA
BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 4 PANTAI LABU
KAB. DELI SERDANG**

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



**DIRA ELFIRA BR SEMBIRING
P01031122108**

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

KATA PENGANTAR

Judul : Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Anemia
Dengan Media Booklet Terhadap
Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri
di SMP Negeri 4 Pantai Labu, Kab.
Deli Serdang

Nama Mahasiswa : Dira Elfira Br Sembiring

Nomor Induk Mahasiswa : P01031122108

Program Studi : Diploma III

Menyetujui :



Dini Lestrina DCN, M.Kes, RD
Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes
Anggota Penguji



Rumida, SP, M.Kes
Anggota Penguji

Mengetahui :
Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP. 196906231990032001

Tanggal Lulus : 7 Mei 2025

ABSTRAK

DIRA ELFIRA BR SEMBIRING “PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 4 PANTAI LABU KAB. DELI SERDANG” (DIBAWAH BIMBINGAN DINI LESTRINA)

Anemia merupakan salah satu masalah gizi utama yang banyak dialami oleh remaja putri di Indonesia, yang dapat mengganggu konsentrasi belajar, menurunkan daya tahan tubuh, dan berisiko terhadap kesehatan reproduksi di masa depan. Kurangnya pengetahuan dan sikap positif terhadap pencegahan anemia menjadi faktor utama tingginya prevalensi kondisi ini. Edukasi gizi dengan media booklet dinilai sebagai salah satu metode efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap yang lebih baik terhadap anemia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi tentang anemia menggunakan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMP Negeri 4 Pantai Labu, Kabupaten Deli Serdang. Metode penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Sampel berjumlah 53 siswi anemia kelas VII dan VIII yang dipilih secara *purposive sampling*. Intervensi berupa edukasi gizi tentang anemia diberikan selama 3 kali pertemuan menggunakan media booklet. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 11,075 menjadi 14,019 dan skor sikap juga mengalami peningkatan signifikan. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara edukasi gizi menggunakan media booklet terhadap pengetahuan ($p = 0,0001$) dan sikap ($p = 0,0001$) remaja putri tentang anemia. Sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi menggunakan media booklet efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap pencegahan anemia.

Kata Kunci : Edukasi Gizi, Anemia, Booklet, Pengetahuan, Sikap, Remaja Putri.

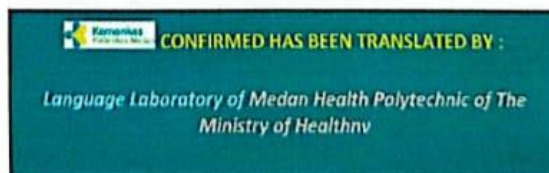
ABSTRACT

DIRA ELFIRA BR SEMBIRING "THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION ABOUT ANEMIA USING BOOKLET MEDIA ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF ADOLESCENT FEMALES AT SMP NEGERI 4 PANTAI LABU, DELI SERDANG REGENCY" (CONSULTANT: DINI LESTRINA)

Anemia is one of the main nutritional problems experienced by many adolescent girls in Indonesia, which can interfere with concentration in learning, reduce endurance, and pose a risk to reproductive health in the future. Lack of knowledge and positive attitudes towards preventing anemia are the main factors in the high prevalence of this condition. Nutrition education using booklet media is considered as one of the effective methods in increasing knowledge and forming better attitudes towards anemia. The purpose of this study was to determine the effect of nutrition education about anemia using booklet media on the knowledge and attitudes of adolescent girls at SMP Negeri 4 Pantai Labu, Deli Serdang Regency. This research method used a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 53 female students with anemia in grades VII and VIII who were selected using purposive sampling. The intervention in the form of nutritional education about anemia was given for 3 meetings using a booklet media. Data were collected using a knowledge and attitude questionnaire before and after the intervention, then analyzed using the Wilcoxon test.

The results showed that the average knowledge score increased from 11.075 to 14.019, and the attitude score also increased significantly. The results of the Wilcoxon test showed that there was a significant effect between nutritional education using booklet media on knowledge ($p = 0.0001$) and attitudes ($p = 0.0001$) of female adolescents about anemia. So it can be concluded that nutritional education using booklet media is effective in increasing the knowledge and attitudes of female adolescents towards preventing anemia.

Keywords: Nutrition Education, Anemia, Booklet, Knowledge, Attitude, Female Adolescents.



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, yang berjudul **“Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Anemia Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Di SMP Negeri 4 Pantai Labu Kab. Deli Serdang”**

Dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin terima kasih sebesar - besarnya kepada :

1. Ibu Riris Oppusunggu , S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes RI Medan.
2. Ibu Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku Ka Prodi D III Gizi dan dosen pembimbing utama yang telah banyak memberi saran dan motivasi.
3. Ibu Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes selaku anggota penguji yang telah banyak memberi saran dan motivasi.
4. Ibu Rumida, SP, M.Kes selaku anggota penguji yang telah banyak memberi saran dan motivasi.
5. Kepada kepala sekolah, guru, dan staf di SMP Negeri 4 Pantai Labu yang telah memberikan izin dan membantu selama penelitian penulis.
6. Kedua orang tua penulis Ayah Budiman Sembiring, Ibu Rame Jojor Br Simanjuntak, juga Abang Surya K. Sembiring dan adik Angga D. Sembiring yang senantiasa memberikan dukungan baik secara finansial maupun moril serta doa-doa yang telah disampaikan.
7. Hiskia Harianja sebagai partner spesial penulis dan teman-teman semester 6 prodi D III Gizi yang telah banyak memberi motivasi.

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

KATA PENGANTAR	1
KATA PENGANTAR	3
KATA PENGANTAR	4
DAFTAR TABEL	7
DAFTAR GAMBAR	8
DAFTAR LAMPIRAN	9
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Perumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Remaja Putri.....	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian Remaja Putri	Error! Bookmark not defined.
2. Ciri - Ciri Remaja	Error! Bookmark not defined.
3. Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja	Error! Bookmark not defined.
B. Anemia	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian Anemia.....	Error! Bookmark not defined.
2. Klasifikasi Anemia	Error! Bookmark not defined.
C. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Anemia	Error! Bookmark not defined.
D. Gejala dan Dampak Anemia	Error! Bookmark not defined.
E. Edukasi Gizi	Error! Bookmark not defined.
F. Media Booklet.....	Error! Bookmark not defined.
G. Pengetahuan	Error! Bookmark not defined.
H. Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
I. Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
J. Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Gambaran Umum SMP Negeri 4 Pantai Labu .	Error! Bookmark not defined.
B. Gambaran Pelaksanaan Intervensi	Error! Bookmark not defined.
C. Karakteristik	Error! Bookmark not defined.
D. Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri SMP Negeri 4 Pantai Labu	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi Anemia	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2 Defenisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3 Gambaran Pelaksanaan Intervensi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4 Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Umur (Th) .	Error! Bookmark not defined.
Tabel 5 . Karakteristik Orang Tua (Ibu) Remaja Putri	Error! Bookmark not defined.
Tabel 6. Status Anemia.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 7 Status Anemia Remaja Putri Anemia di SMP Negeri 4 Pantai Labu	Error! Bookmark not defined.
Tabel 8. Nilai Rata-Rata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Remaja Putri	Error! Bookmark not defined.
Tabel 9 Nilai Rata- Rata Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Edukasi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 10 Nilai Rata-Rata Sikap Sebelum dan Sesudah Edukasi Remaja Putri	Error! Bookmark not defined.
Tabel 11. Nilai Rata- Rata Sikap Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Edukasi	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep.....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 2 Dokumentasi Penelitian**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran. 1 Surat Izin Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 2 Surat Telah Melakukan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 3 Etik Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 4 Master Data	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 5 Hasil Olah Data.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 6 Informed Consent.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 7 Lembar Pengisian Koesioner Pretest...	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 8 Lembar Pengisian Koesioner Post Test	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 9 Satuan Acara Pembelajaran ..	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 10 Booklet.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 11 Bukti Bimbingan	98
Lampiran. 12 Pernyataan Keaslian Karya Tulis Ilmiah.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 13 Daftar Riwayat Hidup	Error! Bookmark not defined.
Lampiran. 14 Dokumentasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.