DAFTAR PUSTAKA

Andriyanti, P.D. And Handayani, D.S. (2026) “Pengetahuan Tentang Anemia Dan Perilaku Pencegahan Anemia Remaja Putri,” 19(12), Pp. 3823–3830.

Ardian Asyhari dan Helda Silvia, "Pengembangan Media Pembelajaran Berupa Buletin dalam Bentuk Buku Saku untuk Pembelajran IPA Terpadu," Jurnal Ilmiah Pendidikan Fisika Al-Biruni Vol.5, No. 1 (2016)

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Carpenter. Steven, Andrew (2025) *The Science Of Effective Learning: Spacing, Retrieval Practice, And Metacognition Of Strategy Use*, *Mixed-Anion Compounds*. Available At: Https://Doi.Org/10.1039/9781839166372-Fp019.

Chusniah Rachmawati, W. (2019) *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*, *Jakarta: Rineka Cipta*.

D. K. Provinsi Sumatera Utara, “Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2022

Dalimunthe, I. D. (2023). Hubungan pengetahuan dan sumber informasi dengan konsumsi tablet Fe pada remaja putri di Desa Pasar Lama Tapanuli Selatan. Jurnal Kesehatan, 15(2), 1–9.

Darsini, Fahrurrozi And Cahyono, E.A. (2019) “Pengetahuan Artikel Review,” *Jurnal Keperawatan*, 12(1), P. 97.

Dewi, S.K. *Et Al.* (2024) “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri,” *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(9), Pp. 4169–4176. Available At: Https://Doi.Org/10.33024/Mahesa.V4i9.16325

Green, L. W., Gielen, A. C., Ottoson, J. M., Peterson, D. V., & Kreuter, M. W. (2022). Health program planning, implementation, and evaluation: Creating behavioral, environmental, and policy change (6th ed.). Jones & Bartlett Learning.

Hafiza, D. *Et Al.* (2020) “Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri SMP YLPI Pekan Baru,” *Jurnal Medika Hutama*, 02(01), Pp. 332–342.

Hanifah (2023) “Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri,” *Jurnal Kesehatan Lentera ‘Aisyiyah ISSN*, 6(1), Pp. 732–737.

Dipindai dengan CamScanner

Hidayah, N.A., Silvia, E. And Nurvalah (2023) "Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Prestasi Belajar Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat," *Jurnal Medisains Kesehatan*, 4(38–40), Pp. 479–486.

Institute for Health Metrics and Evaluation. (2025). Global Burden of Disease 2023: Findings from the GBD 2023 study. Seattle, WA: Institute for Health Metrics and Evaluation

Isnaini, I., Pramono, J.S. And Hazanah, S. (2025) "Keefektifan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Tindakan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri," *Jurnal Media Informatika*, 6(6), Pp. 2857–2863.

Junaedi, M. *Et Al.* (2023) "Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah Bagi Remaja Putri MA Al-Ma'arif Riyadul Falah," *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), Pp. 319–324.

Kamus Besar Bahasa Indonesia (On-line), tersedia di:Http://Kbbi.Web.Id/Ajar(31 Mei 2019)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Profil Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes (2018) "Kemenkes RI. (2018). Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (WUS). Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.," *2018*, 5(2), Pp. 60–66.

Mahdi, A. N., & Usman. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang pentingnya konsumsi tablet Fe. Jurnal Keperawatan tropis papua, 15(1), 13–18.

Mahendra, D., Jaya, I.M.M. And Lumban, A.M.R. (2019) "Buku Ajar Promosi Kesehatan," *Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI*, Pp. 1–107.

Nabila, G. A. F. (2020). Pengembangan buku saku digital berbasis science, technology, engineering, and mathematics (STEM) berbantuan AppyPie dalam meningkatkan kemampuan berpikir kreatif siswa(Skripsi, Universitas Raden Lampung)

Notoatmodjo, S. (2018) "Promosi Kesehatan, Teori Dan Aplikasinya (Edisi Revisi) Jakarta: Rineka Cipta.

Nurmala (2018) *Promosi Kesehatan*. Pertama. Airlangga University Press. Available At: Https://Repository.Unair.Ac.Id/87974/2/ Buku Promosi Kesehatan.Pdf.

Dipindai dengan CamScanner

Purnomo, H. *et al.* (2024) Psikologi Remaja dan Permasalahannya. Cilacap : PT. Media Pustaka Indo.

Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, I.I.J. (2024) "Faktor Resiko Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN 2 Moro'o Athira," *PHARMACEUTICA AND SCIENCES*, 2(1), Pp. 306–312.

Rikhinati Jannah, Agung Nugroho Catur Saputro, dan Sri Yamtinah, "Penerapan model pembelajaran Think Pair Share (TPS) disertai buku saku untuk meningkatkan aktivitas dan prestasi belajar kimia pada materi minyak bumi kelas X SMA Negeri Gondangrejo tahun pelajaran 2012/2013, Jurnal Pendidikan Kimia Vol. 2, No. 4 (2013)

Septiana, N. D., & Sanjaya, R. (2025). Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang tablet Fe dengan media audio visual terhadap pengetahuan remaja putri. Jurnal of Innovative and Creativity, 5(2), 14868–14874

Sulis Winurini, (2025). Anemia Dan Kebiasaan Makan Remaja Putri Di Indonesia Jakarta: Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI.

Sulistiani, Ronald Fransyaigu And Rapita Aprilia (2025) "Pengembangan Buku Saku Digital Pada Topik B 'Kondisi Perekonomian Di Daerahku' Untuk Kelas V Sekolah Dasar Kota Langsa," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), Pp. 5905–5914. Available At: Https://Doi.Org/10.31004/Jerkin.V4i1.2716.

Suryana, E., Lestari, A., & Harto, K. (2022). Teori pemrosesan informasi dan implikasi dalam pembelajaran. Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME), 8(3).

Susanti, S., Sulastri, D. And Desmawati (2021) "Evaluasi Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri," *Jurnal Kesehatan*, 9(3), Pp. 140–149

.

Syahroni, M., Nurrochmah, S. And Amiq, F. (2016) "Pengembangan Buku Saku Elektronik Berbasis Android Tentang Signal-Signal Wasit Futsal Untuk Wasit Futsal Di Kabupaten Pasuruan," *Pendidikan Jasmani*, 26, Pp. 304–317.

Urbanus Sihotang, & Tirigan, N. (2024). Edukasi gizi tentang anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Batang Kuis. Shihatuna: Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat, 4(1), 30–37.

Waelan, G., Manampiring, A., & Fatimawali. (2020). Hubungan pengetahuan, status gizi, dan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Jurnal Biomedik, 12(3), 178–185.

Wardani, D.S.S.J. (2024) "Studi Literatur : Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di

Dipindai dengan CamScanner

Indonesia Literature Review : Factors Related To Iron Tablets Consumption Compliance Among Adolescent Girls In Indonesia," *Media Gizi Kesmas*, 13(2), Pp. 878–897.

World Health Organization. (2023). WHO global anaemia estimates: Key findings, 2025. World Health Organization. ISBN 978-92-4-011393-0.

Yulianto, N. A. B., Maskan, M., & Utaminingsih, A. (2018). Metodologi penelitian bisnis: Metode penelitian bisnis (Vol. 1). UPT Percetakan dan Penerbitan Polinema.

Yuliana, D., Khodijah, D., & Hasibuan, Y. (2021). Edukasi dan deteksi dini anemia remaja putri di Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang. GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(2), 70–82. https://doi.org/10.36082/gemakes.v1i2.384

Dipindai dengan CamScanner

LAMPIRAN

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 1 Waktu Penelitian

No	Jadwal Pelaksanan																			
	Jadwal Kegiatan	Januari 2026				Febuari 2026				Maret 2026				April 2026				Mei 2026			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan Judul	■	■	■																	
2	Pembuatan Proposal				■	■	■	■	■												
3	Ujian Proposal									■	■										
4	Perbaikan Proposal											■	■								
5	Penelitian													■	■	■	■	■	■		
6	Ujian Akhir Skripsi																			■	■

Dipindai dengan CamScanner

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

FORMAT PENGAJUAN JUDUL SKRIPSI

MAHASISWA PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN TA 2025-2026

NamaMahasiswa : MIRANDA LORENZA HABEAHAN

Nim : P07124425152

Kelas : RPL Sarjana Terapan Kebidanan

TahunAkademik : 2025/2026

JudulPenelitian yang diajukan :

1. Pengaruh promosi Kesehatan Tablet Fe menggunakan Media Buku Saku Digital terhadap Pengetahuan Remaja putri di SMA N 1 Labuhan Deli
2. Hubungan Pengetahuan wus Dengan Tindakan Screening Penyakit Tidak Menular (Hipertensi) Daum upaya persiapan Kehamilan Sehat di wilayah Kerja Puskesmas
3. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast food dan Stress terhadap Sikius Menstruasi pada Mahasiswa Tk I prodi D4 Kebidanan Poltekkes RI Medan

Judul Proposal Penelitian yang disetujuidalah :

Pengaruh promosi Kesehatan Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital terhadap Pengetahuan Remaja Putri di SMA N 1 Labuhan Deli

Medan, Febuari 2025

Pembimbing I	Pembimbing II
(Julietta Hutabarat. SST, M Keb)	(Dr. Dudch khodijah. SST. MPH)

KementerianKesehatantidakmenerimasuapdan/ataugratifikasidalambentukapapun.Jikaterdapatpotensisuapataugratifikasisilakanlaporkanmelalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id.
Untukverifikasikeasliantandatanganelektronik,silakanunggahdokumenpadalamanhttps://tte.kominfo.go.id/verifyPDF.

Dipindai dengan CamScanner

Kemenkes
Poltekkes Medan

Kementerian Kesehatan
Direktorat Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
[redacted]

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/ 0465 /2026 **04 Februari 2026**
Perihal : *Izin Survey Penelitian*

Yang terhormat,
Kepala Sekolah SMAN 1 Labuhan Deli
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir diwajibkan untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin survey penelitian kepada:

Nama	:	Miranda Lorenza Habeahan
NIM	:	P07124425152
Judul Penelitian	:	Pengaruh Promosi Kesehatan Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Di SMA N 1 Labuhan Deli

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Jurusan Kebidanan
Ketua,

Arihta br Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF.

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 4 Ijin Penelitian

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Nomor : PP.06.02/F.XXII.10/3236/2026 11 Juni 2026
Perihal : *Izin Penelitian*

Yang terhormat,
Kepala Sekolah SMA N 1 Labuhan Deli
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama	: Miranda Lorenza Habeahan
NIM	: P07124425152
Judul Penelitian	: Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Di SMA N 1 Labuhan Deli Tahun 2026

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Jurusan Kebidanan Medan
Ketua

Arihta br Sembiring, SST, M.Kes
NIP.197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF.

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 5 Surat Balasan

PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 LABUHAN DELI
Kecamatan Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang
Jalan Serbaguna Ujung Pasar IV Desa Helvetia Kode Pos 20373
Website : www.sman1ld.sch.id E-mail : Smansalabdeli@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN
No : 420/2292-/SMAN1 LD/2026

Berdasarkan Surat dari Politeknik Kesehatan Medan, Nomor: PP.06.02/F.XXII.10/3236/2026, Tanggal : 11 Juni 2026 Perihal : Izin Penelitian, maka Kepala SMA Negeri 1 Labuhan Deli menerangkan :

Nama	: **MIRANDA LORENZA HABEAHAN**
NIM	: P07124425152
Judul Penelitian	: Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital Terhadap Pengetahuan Remaja Putri di SMAN 1 Labuhan Deli Tahun 2026.

Benar telah selesai melakukan Penelitian di SMA Negeri 1 Labuhan Deli pada tanggal: 08 Juni s.d 12 Juni 2026.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sesuai dengan keperluannya.

Labuhan Deli, 25 Juni 2026
Kepala SMA Negeri 1 Labuhan Deli,

AGUSTINA, SP., M.Pd.
NIP. 19670806 200801 2 017

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 6 Surat Ethical Clearance

Kemenkes
Poltekkes Medan

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.3297/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : MIRANDA LORENZA HABEAHAN
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes RI Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital Terhadap Pengetahuan Remaja Putri di SMA N 1 Labuhan Deli Tahun 2026"

"he Effect of Health Promotion About Fe Tablets Using Digital Pocket Book Media on the Knowledge of Female Adolescents at SMA N 1 Labuhan Deli in 2026"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 21 Juli 2026 sampai dengan tanggal 21 Juli 2027.

This declaration of ethics applies during the period July 21, 2026 until July 21, 2027.

July 21, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 7 Informed Consent

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : .....

Umur : .....

Alamat : .....

Setelah memperoleh penjelasan yang cukup mengenai tujuan, manfaat, serta prosedur penelitian yang berjudul "Pengaruh Promosi Kesehatan tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital Terhadap Pengetahuan Remaja Putri di SMA N 1 Labuhan Deli Tahun 2026", maka dengan ini saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian tersebut.

Saya memahami bahwa keikutsertaan saya bersifat sukarela dan tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun. Apabila di kemudian hari saya merasa dirugikan atau keberatan dalam bentuk apa pun, maka saya berhak untuk mengundurkan diri atau membatalkan persetujuan ini tanpa konsekuensi apa pun.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Labuhan Deli, 2026

Peneliti	Responden
Miranda Lorenza Habeahan P07124425152	( )

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 8 Kusioner Pengetahuan

KUESIONER PENGETAHUAN REMAJA PUTRI

Identitas Responden

1. Nama :
2. Umur :

Petunjuk :

Baca setiap pernyataan dengan baik. Beri tanda x pada jawaban A, B, atau C.

Jawablah sesuai yang kamu ketahui.

1. Apa Perubahan yang terjadi dengan sangat cepat pada masa remaja?
   A. Fisik, mental, dan hormonal
   B. Perubahan Berat badan
   C. Perubahan Pikiran
   D. Perubahan hormon
2. Apa yang terjadi jika kebutuhan zat besi tidak terpenuhi ?
   A. Obesitas
   B. Diabetes
   C. Anemia
   D. Hipertensi
3. Mengapa Remaja putri membutuhkan zat besi lebih banyak?
   A. Karena remaja putri sering melakukan aktivitas
   B. Karena Remaja Mengalami menstruasi setiap bulan
   C. Karena remaja putri mengalami pertumbuhan dan perkembangan
   D. Karena remaja putri rentan tertular penyakit
4. Mengapa remaja membutuhkan asupan gizi yang cukup dan seimbang?
   A. Untuk mendukung fungsi otak dan kemampuan belajar.
   B. Agar terhindar dari penyakit menular saja
   C. Supaya remaja mengalami penambahan tinggi badan
   D. Karena sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cepat

Dipindai dengan CamScanner

5. Apa yang dimaksud dengan anemia?
   A. Kondisi ketika kadar gula darah tinggi
   B. Kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal
   C. Kondisi ketika tekanan darah meningkat
   D. Kondisi ketika tubuh kekurangan vitamin C
6. Apa penyebab utama remaja putri lebih berisiko mengalami anemia?
   A. Karena sering berolahraga
   B. Karena kehilangan darah saat menstruasi setiap bulan
   C. Karena sering belajar
   D. Karena pola makan kurang mengandung zat besi
7. Apa fungsi utama hemoglobin (Hb) dalam tubuh?
   A. Mengatur tekanan darah
   B. Membawa oksigen ke seluruh tubuh
   C. Membantu pencernaan makanan
   D. Menghasilkan energi
8. Apa salah satu penyebab anemia pada remaja?
   A. Kurangnya konsumsi makanan sumber zat besi
   B. Terlalu banyak mengonsumsi junkfood
   C. Terlalu sering melakukan aktivas fisik
   D. Jarang berolahraga
9. Berapa rata-rata darah yang keluar saat menstruasi dalam satu siklus ?
   A. 10–20 ml
   B. 30–60 ml
   C. 70–90 m
   D. 100–150 ml
10. Berapa kadar hemoglobin (Hb) yang dianggap normal ?
   A. 8 g/dL
   B. 9 g/dL
   C. 12 g/dL
   D. 7 g/dL

Dipindai dengan CamScanner

11. Apa yang dapat disebabkan oleh pola makan yang tidak teratur?
    A. Berat badan bertambah
    B. Anemia pada remaja
    C. Pertumbuhan tinggi badan
    D. Kulit menjadi cerah
12. Apa kebiasaan yang dapat meningkatkan risiko anemia?
    A. Minum susu setiap hari
    B. Mengonsumsi sayur dan buah
    C. Minum teh atau kopi secara berlebihan
    D. Makan dan minum yang mengandung kalori tinggi
13. Apa yang merupakan tanda dan gejala anemia pada remaja?
    A. Mudah lelah dan lesu, pusing atau sakit kepala, wajah tampak pucat, sulit berkonsentrasi, serta prestasi belajar menurun
    B. Nafsu makan meningkat, tubuh lebih kuat, dan tidur lebih nyenyak
    C. Berat badan meningkat, kulit lebih cerah, dan lebih aktif berolahraga
    D. Selalu merasa lapar dan memiliki energi berlebih
14. Berapa kisaran kebutuhan zat besi harian pada remaja putri?
    A. 5–10 mg
    B. 10–12 mg
    C. 15–18 mg
    D. 20–25 mg
15. Apa dampak anemia yang tidak diatasi terhadap pertumbuhan remaja?
    A. Tinggi badan bertambah cepat
    B. Pertumbuhan tidak optimal
    C. Berat badan selalu naik
    D. Tubuh menjadi lebih kuat
16. Apa tujuan utama pemberian Tablet Fe pada remaja?
    A. Menambah berat badan
    B. Mencegah dan mengatasi anemia akibat kekurangan zat besi
    C. Meningkatkan nafsu makan
    D. Mengurangi rasa lelah

Dipindai dengan CamScanner

17. Apa salah satu dampak anemia yang dapat terjadi pada remaja dalam jangka panjang adalah …

A. Meningkatnya prestasi akademik

B. Gangguan pertumbuhan dan risiko masalah kesehatan reproduksi di masa depan

C. Susah dalam mengingat

D. Meningkatnya tinggi badan secara cepat

28. Apa dampak yang mungkin terjadi terkait energi tubuh, jika seorang remaja tidak mengonsumsi Tablet Fe secara cukup ?

A. Energi meningkat

B. Stamina tetap stabil

C. Mudah lelah dan stamina menurun

D. Tidak ada perubahan

19. Seorang remaja putri sering merasa lelah dan sulit berkonsentrasi di sekolah. Setelah rutin mengonsumsi Tablet Fe, ia merasa lebih segar dan fokus. Manfaat Tablet Fe yang paling tepat adalah?

A. Menurunkan berat badan

B. Mencegah anemia dan meningkatkan konsentrasi belajar

C. Sebagai vitamin penguat imun

D. Menambah nafsu makan

20. Berapa mg zat besi yang terkandung dalam satu tablet tambah darah (Tablet Fe) ?

A. 10 mg zat besi

B. 25 mg zat besi

C. 40 mg zat bes

D. 60 mg zat besi

21. Apa manfaat jangka panjang yang dapat diperoleh seorang remaja putri jika rutin mengonsumsi Tablet Fe sesuai anjuran ?

A. Menurunnya kesehatan tubuh

B. Terganggunya sistem reproduksi

C. Terjaganya kesehatan remaja putri

D. Menurunnya daya tahan tubuh

Dipindai dengan CamScanner

22. Apa saja kombinasi manfaat Tablet Fe yang paling tepat?

A. Mencegah anemia, menjaga stamina, meningkatkan konsentrasi, menjaga kesehatan remaja putri

B. Menambah berat badan, meningkatkan nafsu makan, mempercepat tidur

C. Mengurangi aktivitas fisik, meningkatkan rasa malas

D. Menurunkan konsentrasi dan energi

23. Berapa kali Remaja dianjurkan mengonsumsi Tablet ?

A. 1 tablet setiap hari

B. 2 tablet setiap minggu

C. 1 tablet setiap minggu, dan 1x1 / hari saat menstruasi

D. 1 tablet setiap bulan

24. Apa yang dapat disebabkan jika konsumsi kalsium dosis tinggi ?

A. Penyerapan zat besi meningkat

B. Penyerapan zat besi menurun

C. Produksi darah meningkat drastis

D. Tidak berpengaruh terhadap zat besi

25. Mengapa Tablet Fe tidak boleh dikonsumsi bersamaan dengan teh atau kopi?

A. Mengandung gula tinggi

B. Mengandung kafein yang menyebabkan pusing

C. Mengandung tanin dan fitat yang menghambat penyerapan zat besi

D. Menyebabkan alergi

24. Kapam waktu yang dianjurkan untuk mengonsumsi Tablet Fe ?

A. Saat perut kosong di pagi hari

B. Setelah makan atau sebelum tidur

C. Bersamaan dengan makan berat

D. Saat minum teh atau kopi

27. Apa yang sebaiknya dikomsumsi bersama Tablet Fe agar penyerapan zat besi di dalam tubuh meningkat?

A. Susu

B. Teh

Dipindai dengan CamScanner

C. Air putih dan makanan yang mengandung vitamin

D. Kopi

28. Apa efek samping yang paling umum terjadi setelah remaja mengonsumsi Tablet Fe?

A. Diare berat terus-menerus

B. Sembelit, mual, atau feses berwarna hitam

C. Penurunan tekanan darah drastis

D. Kehilangan nafsu makan permanen

29. Apa saja yang merupakan mitos atau informasi yang salah tentang Tablet Fe?

A. Tablet Fe penting untuk remaja

B. Tablet Fe membantu mencegah anemia

C. Tablet Fe membuat gemuk

D. Tablet Fe mengandung zat besi

30. Mengapa Tablet Fe penting dikonsumsi oleh remaja?

A. Untuk meningkatkan nafsu makan

B. Untuk mencegah anemia dan memenuhi kebutuhan zat besi

C. Untuk menambah berat badan

D. Untuk menggantikan semua nutrisi makanan

Sumber Infomasi Kesehatan Yang Sering Didapatkan darimana

(Ceklis lah salah satu pilihan tersebut)

- o Guru
- o Petugas Kesehatan
- o Sosial Media
- o Internet
- o Keluarga

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 9 Kunci Jawaban

1. A	11. B	21. C
2. C	12. C	22. A
3. B	13. A	23. C
4. D	14. C	24. B
5. B	15. B	25. C
6. B	16. B	26. B
7. B	17. B	27. C
8. A	18. C	28. B
9. B	19. B	29. C
10. C	20. D	30. B

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 10 Satuan Acara Penyuluhan

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG TABLET FE

Masalah : Kurangnya pengetahuan remaja putri tentang tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia.

Pokok Pembahasan : Penyuluhan kesehatan tentang tablet Fe pada remaja putri.

Sub Pokok Pembahasan : Pentingnya konsumsi tablet Fe pada remaja putri.

Sasaran : Remaja putri.

Jam : 10.00 WIB

Waktu : 45 menit.

Tanggal :

Tempat : SMA Negeri 1 Labuhan Deli.

Pemateri : Miranda Habeahan.

A. Latar Belakang

Remaja putri merupakan kelompok yang berisiko lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja putra karena adanya kehilangan darah selama menstruasi serta meningkatnya kebutuhan zat besi pada masa pertumbuhan. Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah penduduk yang berada pada rentang usia 10–19 tahun. Secara global, jumlah remaja mencapai sekitar 1,2 miliar jiwa atau sekitar 18% dari total populasi dunia.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia tahun 2022, jumlah penduduk usia 10–19 tahun di Indonesia mencapai 44.252.201 jiwa, dengan proporsi remaja laki-laki sebesar 51% dan remaja putri sebesar 48,5%. Sementara itu, di Provinsi Sumatera Utara jumlah remaja usia 10–19 tahun mencapai 2.645.197 jiwa, dengan proporsi remaja laki-laki sebesar 51,4% dan remaja putri sebesar 48,6% (BPS, 2022).

Anemia pada remaja putri dapat menimbulkan berbagai dampak, antara lain menurunnya konsentrasi belajar, mudah lelah, berkurangnya daya tahan tubuh, serta dapat memengaruhi kesehatan reproduksi di masa mendatang. Salah satu upaya pencegahan anemia adalah dengan mengonsumsi tablet tambah darah (tablet Fe) secara rutin. Namun, masih banyak remaja putri yang memiliki pengetahuan yang kurang mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe sehingga diperlukan promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai pentingnya tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia.

Dipindai dengan CamScanner

B. Tujuan Umum

- Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan, diharapkan remaja putri dapat memahami pentingnya konsumsi tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia.

C. Tujuan Khusus

- Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan, diharapkan remaja putri mampu:
- Menjelaskan pengertian anemia.
- Menjelaskan penyebab anemia pada remaja putri.
- Menyebutkan tanda dan gejala anemia.
- Menjelaskan dampak anemia pada remaja putri.
- Menjelaskan pengertian tablet Fe.
- Menjelaskan manfaat tablet Fe bagi remaja putri.
- Menjelaskan cara mengonsumsi tablet Fe yang benar.
- Menjelaskan efek samping tablet Fe dan cara mengatasinya.
- Menjelaskan pentingnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe.
- Mengakses dan memanfaatkan buku saku digital sebagai sumber informasi kesehatan.

D. Metode Penyuluhan

- Ceramah

E. Media Penyuluhan

- Buku Saku Digital dan PPT

G. Kegitan Penyuluhan

No	Tahap Kegiatan	Kegiatan Penyuluh	Kegiatan Peserta	Waktu
1	Pembukaan	1.Mengucapkan salam. 2. Memperkenalkan diri. 3. Menjelaskan tujuan penyuluhan. 4. Melakukan apersepsi dengan mengajukan pertanyaan mengenai anemia dan tablet Fe	1. Menjawab salam. 2. Mendengarkan penjelasan. 3. Menjawab pertanyaan yang diberikan.	5 Menit
2	Pelaksanaan	1. Menjelaskan pengertian anemia. 2. Menjelaskan penyebab, tanda dan gejala anemia. 3. Menjelaskan dampak anemia. 4. Menjelaskan pengertian dan manfaat	1. Mendengarkan materi. 2. Mengamati media yang digunakan. 3. Membuka tautan atau memindai QR code buku saku digital.	30 Menit

Dipindai dengan CamScanner

		tablet Fe 5. Menjelaskan cara mengonsumsi tablet Fe yang benar. 6. Menjelaskan efek samping tablet Fe dan cara mengatasinya. 7. Menjelaskan pentingnya kepatuhan konsumsi tablet Fe. 8. Memperkenalkan media buku saku digital. 9. Menunjukkan cara mengakses buku saku digital melalui tautan atau QR code. 10. Meminta peserta membuka buku saku digital melalui telepon genggam masing-masing. 11. Menjelaskan isi buku saku digital dan cara memanfaatkannya sebagai media belajar mandiri.	4. Mengikuti penjelasan mengenai penggunaan buku saku digital. 5. Mengajukan pertanyaan apabila terdapat materi yang belum dipahami	
3	Penutup	1. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya. 2. Mengevaluasi pemahaman peserta dengan mengajukan beberapa pertanyaan. 3. Menyimpulkan materi penyuluhan. 4. Menganjurkan peserta untuk mempelajari kembali buku saku digital secara mandiri. 5. Menutup kegiatan dengan salam.	1. Mengajukan pertanyaan. 2. Menjawab pertanyaan evaluasi 3. Mendengarkan kesimpulan. 4. Menjawab salam.	10 Menit

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 11 Gambar Buku Saku Digital



Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 12 Master Tabel

Tabulasi *Pretest* Pengetahuan

No	Rspondn	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	TOTAL	Nilai	kategori
1	R1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	17	57	Cukup
2	R2	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	11	37	Kurang
3	R3	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	21	70	Cukup
4	R4	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	17	57	Cukup
5	R5	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	87	Baik
6	R6	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	9	30	Kurang
7	R7	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	15	50	Kurang
8	R8	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	14	47	Kurang
9	R9	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	11	37	Kurang
10	R10	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	10	33	Kurang
11	R11	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	15	50	Kurang
12	R12	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	14	47	Kurang
13	R13	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	17	57	Cukup
14	R14	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	8	27	Kurang
15	R15	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	12	40	Kurang
16	R16	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	9	30	Kurang
17	R17	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	10	33	Kurang
18	R18	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	11	37	Kurang
19	R19	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	12	40	Kurang
20	R20	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	10	33	Kurang
21	R21	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	12	40	Kurang
22	R22	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	12	40	Kurang
23	R23	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	13	43	Kurang

Dipindai dengan CamScanner

24	R24	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	12	40	Kurang
25	R25	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	7	23	Kurang
26	R26	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	14	47	Kurang
27	R27	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	14	47	Kurang
28	R28	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	12	40	Kurang
29	R29	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	11	37	Kurang
30	R30	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	9	30	Kurang
31	R31	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	10	33	Kurang
32	R32	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	12	40	Kurang
33	R33	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	6	20	Kurang
34	R34	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	4	13	Kurang
35	R35	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	16	53	Kurang
36	R36	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	8	27	Kurang
37	R37	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	8	27	Kurang
38	R38	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	11	37	Kurang
39	R39	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	12	40	Kurang
40	R40	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	6	20	Kurang
41	R41	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	6	20	Kurang
42	R42	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	7	23	Kurang
43	R43	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	8	27	Kurang
44	R44	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	3	10	Kurang
45	R45	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	17	57	Cukup
46	R46	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	9	30	Kurang
47	R47	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5	17	Kurang
48	R48	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	4	13	Kurang
49	R49	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	4	13	Kurang
50	R50	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	7	23	Kurang

Dipindai dengan CamScanner

Tabulasi *Posttest* Pengetahuan

No	Rspondn	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	TOTAL	Nilai	kategori
1	R1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	19	63%	Cukup
2	R2	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	87%	Baik
3	R3	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	23	77%	Baik
4	R4	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	27	90%	Baik
5	R5	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28	93%	Baik
6	R6	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	19	63%	Cukup
7	R7	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	18	60%	Cukup
8	R8	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	80%	Baik
9	R9	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	21	70%	Cukup
10	R10	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	26	87%	Baik
11	R11	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	21	70%	Cukup
12	R12	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	83%	Baik
13	R13	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	21	70%	Cukup
14	R14	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	18	60%	Cukup
15	R15	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	16	53%	Kurang
16	R16	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28	93%	Baik
17	R17	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	77%	Baik
18	R18	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	22	73%	Cukup
19	R19	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28	93%	Baik
20	R20	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	21	70%	Cukup
21	R21	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	22	73%	Cukup
22	R22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	23	77%	Baik
23	R23	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	22	73%	Cukup
24	R24	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29	97%	Baik

Dipindai dengan CamScanner

25	R25	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	24	80%	Baik
26	R26	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	83%	Baik
27	R27	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	25	83%	Baik
28	R28	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	19	63%	Cukup
29	R29	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	25	83%	Baik
30	R30	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	21	70%	Cukup
31	R31	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	70%	Cukup
32	R32	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	77%	Baik
33	R33	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	67%	Cukup
34	R34	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	15	50%	Kurang
35	R35	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	23	77%	Baik
36	R36	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	26	87%	Baik
37	R37	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	24	80%	Baik
38	R38	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	14	47%	Kurang
39	R39	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	21	70%	Cukup
40	R40	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	18	60%	Cukup
41	R41	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	21	70%	Cukup
42	R42	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	17	57%	Cukup
43	R43	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	15	50%	Kurang
44	R44	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	11	37%	Kurang
45	R45	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	23	77%	Baik
46	R46	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	24	80%	Baik
47	R47	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	83%	Baik
48	R48	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	15	50%	Kurang
49	R49	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	20	67%	Cukup
50	R50	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	24	80%	Baik

Dipindai dengan CamScanner

Frekuensi Karakteristik Responden

Responden	usia	kode	Sumber Informasi	kode
R1	15	2	internet	4
R2	15	2	Media Sosial	3
R3	16	3	Media Sosial	3
R4	15	2	internet	4
R5	16	3	Petugas Kesehatan	2
R6	15	2	Media Sosial	3
R7	15	2	Petugas Kesehatan	2
R8	15	2	Media Sosial	3
R9	16	3	Petugas Kesehatan	2
R10	15	2	Media Sosial	3
R11	15	2	Petugas Kesehatan	2
R12	15	2	Media Sosial	3
R13	15	2	Guru	1
R14	15	2	Petugas Kesehatan	2
R15	15	2	Media Sosial	3
R16	15	2	Media Sosial	3
R17	15	2	Petugas Kesehatan	2
R18	15	2	Media Sosial	3
R19	14	1	Media Sosial	3
R20	15	2	Media Sosial	3
R21	15	2	Petugas Kesehatan	2
R22	15	2	Media Sosial	3
R23	16	3	internet	4
R24	15	2	Keluarga	5
R25	15	2	Media Sosial	3
R26	14	1	Petugas Kesehatan	2
R27	15	2	Media Sosial	3
R28	15	2	Media Sosial	3
R29	15	2	Petugas Kesehatan	2
R30	16	3	Media Sosial	3
R31	15	2	internet	4
R32	15	2	internet	4
R33	15	2	Petugas Kesehatan	2
R34	15	2	Media Sosial	3
R35	15	2	Petugas Kesehatan	2
R36	15	2	Petugas Kesehatan	2
R37	15	2	Media Sosial	3
R38	15	2	Media Sosial	3
R39	15	2	Keluarga	5

Dipindai dengan CamScanner

R40	15	2	Media sosial	3
R41	15	2	Petugas Kesehatan	2
R42	16	3	Media Sosial	3
R43	15	2	Keluarga	5
R44	16	3	Petugas Kesehatan	2
R45	15	2	Media Sosial	3
R46	15	2	internet	4
R47	16	3	Petugas Kesehatan	2
R48	15	2	Petugas Kesehatan	2
R49	15	2	Media Sosial	3
R50	14	1	Petugas Kesehatan	2

Kode Usia

1 = 14

2 = 15

3 = 16

Kode Sumber Informasi

1 = Guru

2 = Petugas Kesehatan

3 - Sosial Media

4 = Internet

5 = Kleuarga

Dipindai dengan CamScanner

DISTRIBUSI FREKUENSI JAWABAN PENGETAHUAN RESPOBDEN SEBELUM DAN SESUDAH INTERVENSI

Pertanyaan	Pre Test	Persent	Post Test	Persent	Σ	%
P1. Apa Perubahan yang terjadi dengan sangat cepat pada masa remaja?	13	26%	36	72%	50	100
P2 Apa yang terjadi jika kebutuhan zat besi tidak terpenuhi	16	32%	31	62%	50	100
P3 Mengapa Remaja putri membutuhkan zat besi lebih banyak?	23	46%	31	62%	50	100
P4 Mengapa remaja membutuhkan asupan gizi yang cukup dan seimbang?	27	54%	45	90%	50	100
P5 Apa yang dimaksud dengan anemia?	2	4%	25	50%	50	100
P6 Apa penyebab utama remaja putri lebih berisiko mengalami anemia?	33	66%	42	84%	50	100
P7 Apa fungsi utama hemoglobin (Hb) dalam tubuh?	9	18%	26	52%	50	100
P8 Apa salah satu penyebab anemia pada remaja?	31	62%	38	76%	50	100
P9 Berapa rata-rata darah yang keluar saat menstruasi dalam satu siklus ?	9	18%	33	66%	50	100
P10 Berapa kadar hemoglobin (Hb) yang dianggap normal ?	7	14%	36	72%	50	100
P11 Apa yang dapat disebabkan oleh pola makan yang tidak teratur?	28	56%	35	70%	50	100
P12 Apa kebiasaan yang dapat meningkatkan risiko anemia?	14	28%	33	66%	50	100
P13 Apa yang merupakan tanda dan gejala anemia pada remaja?	15	30%	31	62%	50	100
P14 Berapa kisaran kebutuhan zat besi harian pada remaja putri?	7	14%	34	68%	50	100
P15 Apa dampak anemia yang tidak diatasi terhadap pertumbuhan remaja?	31	62%	35	70%	50	100
P16 Apa tujuan utama pemberian Tablet Fe pada remaja?	13	26%	38	76%	50	100
P17 Apa salah satu dampak anemia yang dapat terjadi pada remaja dalam jangka panjang adalah ?	16	32%	32	64%	50	100

Dipindai dengan CamScanner

P18 Apa dampak yang mungkin terjadi terkait energi tubuh, jika seorang remaja tidak mengonsumsi Tablet Fe secara cukup ?	23	46%	40	80%	50	100
P19 Seorang remaja putri sering merasa lelah dan sulit berkonsentrasi di sekolah. Setelah rutin mengonsumsi Tablet Fe, ia merasa lebih segar dan fokus. Apa manfaat Tablet Fe yang ditunjukkan pada ilustrasi tersebut ?	40	80%	45	90%	50	100
P20 berapa mg zat besi yang terkandung dalam satu tablet tambah darah (Tablet Fe) ?	2	4%	40	80%	50	100
P21 Apa manfaat jangka panjang yang dapat diperoleh seorang remaja putri jika rutin mengonsumsi Tablet Fe sesuai anjuran ?	38	76%	42	84%	50	100
P22 Apa saja kombinasi manfaat Tablet Fe yang paling tepat?	9	18%	32	64%	50	100
P23 Berapa kali Remaja dianjurkan mengonsumsi Tablet Fe?	31	62%	42	84%	50	100
P24 Apa yang dapat disebabkan jika konsumsi kalsium dosis tinggi ?	9	18%	38	76%	50	100
P25 Mengapa Tablet Fe tidak boleh dikonsumsi bersamaan dengan teh atau kopi?	7	14%	33	66%	50	100
P26 Kapam waktu yang dianjurkan untuk mengonsumsi Tablet Fe ?	28	56%	39	78%	50	100
P27 Apa yang sebaiknya dikomsumsi bersama Tablet Fe agar penyerapan zat besi di dalam tubuh meningkat?	14	28%	39	78%	50	100
P28 Apa efek samping yang paling umum terjadi setelah remaja mengonsumsi Tablet Fe?	15	30%	39	78%	50	100
P29 Apa saja yang merupakan mitos atau informasi yang salah tentang Tablet Fe?	7	14%	40	80%	50	100
P30 Mengapa Tablet Fe penting dikonsumsi oleh remaja?	31	62%	39	78%	50	100

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 13 Uji Univariat dan Bivariat

Hasil Uji SPSS Frekuensi,Normalitas, dan uji Paired T-Test

a. Distribusi Frekuensi Pengetahuan

Pengetahun_Sebelum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	1	2,0	2,0	2,0
	Cukup	5	9,8	10,0	12,0
	Kurang	44	86,3	88,0	100,0
	Total	50	98,0	100,0	

Pengetahuan_Sesudah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	24	47,1	48,0	48,0
	Cukup	20	39,2	40,0	88,0
	Kurang	6	11,8	12,0	100,0
	Total	50	98,0	100,0	

b. Frekuensi Berdasarkan Karakteristik

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14 Tahun	3	6,0	6,0	6,0
	15 Tahun	39	78,0	78,0	84,0
	16 Tahun	8	16,0	16,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

Dipindai dengan CamScanner

Sumber_Informkes

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Guru	1	2,0	2,0	2,0
	Petugas Kesehatan	17	34,0	34,0	36,0
	Media sosial	23	46,0	46,0	82,0
	Internet	6	12,0	12,0	94,0
	Keluarga	3	6,0	6,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

C. Hasil Uji Normalitas Data

Descriptives

			Statistic	Std. Error
Pretest_Pengetahuan	Mean		10,96	,639
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	9,68	
		Upper Bound	12,24	
	5% Trimmed Mean		10,74	
	Median		11,00	
	Variance		20,407	
	Std. Deviation		4,517	
	Minimum		3	
	Maximum		26	
	Range		23	
	Interquartile Range		6	

Dipindai dengan CamScanner

	Skewness		,754	,337
	Kurtosis		1,429	,662
Posttest_Pengetahuan	Mean		21,78	,565
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	20,64	
		Upper Bound	22,92	
	5% Trimmed Mean		21,90	
	Median		22,00	
	Variance		15,971	
	Std. Deviation		3,996	
	Minimum		11	
	Maximum		29	
	Range		18	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		-,501	,337
	Kurtosis		,021	,662

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest_Pengetahuan	,129	50	,037	,959	50	,077
Posttest_Pengetahuan	,123	50	,058	,972	50	,271

Dipindai dengan CamScanner

d. Hasil Uji Paired T-Test

Paired Samples Test

		Paired Differences				
		95% Confidence Interval of the Difference				
		Upper	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	Pretest_Pengetahuan - Posttest_Pengetahuan	-9,496	-16,424	49	,001

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest_Pengetahuan	10,96	50	4,517	,639
	Posttest_Pengetahuan	21,78	50	3,996	,565

Dipindai dengan CamScanner

Lam piran 14 Dokumentasi

















Dipindai dengan CamScanner

Lam piran 15 Kartu Bimbingan

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telp : 061-8368633 Fax : 061-8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_medan@yahoo.com

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Miranda Lorenza Habeahan
NIM : P07124425152
Judul Skripsi :Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Di SMA N 1 Labuhan Deli Tahun 2026
Pembimbing Utama
Pembimbing Pendamping : Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb
: Dr.Dodoh Khodijah, SST, MPH

NO	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
1.	27 januari 2026	Menjumpai pembimbing dan memperkenalkan diri sebagai mahasiswi bimbingan	Diberi arahan untuk mencari masalah judul proposal skripsi	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
2	30 januari 20256	Mengajukan beberapa rancangan judul	Diberi arahan agar melengkapi data dan referensi.	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
3.	04 februari 2025	Mengajukan judul skripsi baru dan ACC oleh dosen pembimbing utama	ACC Judul skripsi	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)

Dipindai dengan CamScanner

4	13 februari 2026	Memastikan lokasi penelitian berdasarkan data ilmiah	Diberikan arahan untuk menentukan lokasi penelitian	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
5	18 februari 2026	Mengajukan latar belakang bab I	Revisi penulisan latar belakang agar sesuai dengan judul	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
6	20 februari 2026	Menjumpai pembimbing pendamping dan mengajukan judul proposal	ACC Judul proposal oleh pembimbing pendamping	(Dr.Dodoh Khodijah, SST,MPH)
7	26 februari 2026	Menjumpai pembimbing untuk revisi bab I	Bab I direvisi	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
8	27 februari 2026	Konsultasi penyusunan bab II	Diberikan arahan dalam penyusunan bab II	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
9	02 maret 2026	Konsultasi hasil pengerjaaan bab II	Bab II direvisi	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
10	05 maret 2026	Konsultasi revisi bab II dan diarahkan pengerjaan bab III	Perbaikan kerangka teori dan kerjakan bab III	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
11	10 maret 2026	Konsultasi sistematika penulisan	Revisi sistematika dalam penulisan proposal	(Dr.Dodoh Khodijah, SST, MPH)

Dipindai dengan CamScanner

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telp : 061-8368633 Fax : 061-8368644
KEMENKES RI Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_medan@yahoo.com

12.	20 April 2026	Konsultasi penyusunan bab 3	Diberi arahan dalam penyusunan bab III	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
13.	26 April 2026	Konsultasi kuesioner	ACC untuk maju proposal	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
14.	25 April 2026	Konsultasi proposal skripsi	ACC uji proposal	(Dr.Dodoh Khodijah,SST,MPH)
15.	04 Mei 2026	Bimbingan hasil revisi proposal dengan pembimbing I	Diberikan arahan untuk perbaikan dan revisi proposal	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
16.	07 Mei 2026	Bimbingan hasil revisi proposal dengan pembimbing II	Diberikan arahan untuk perbaikan dan revisi proposal	(Dr, Dodoh Khodijah, SST, MPH)
17.	28 Mei 2026	Bimbingan hasil revisi proposal dengan penguji	ACC Perbaikan proposal skripsi	(Elizawarda,SKM, M.Kes)
18.	Juni 2026	Menjumpai Pembimbing I untuk pengurusan EC	Penandatangan surat permohonan pengurusan EC	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
19.	Juni 2026	Menjumpai Pembimbing II untuk pengurusan EC	Penandatangan surat permohonan pengurusan EC	(Dr, Dodoh Khodijah, SST, MPH)
20.	Juni 2026	Meminta arahan untuk melakukan uji Validitas	Diberikan arahan untuk melakukan uji validitas (ACC Kuisoner)	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)

Dipindai dengan CamScanner

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telp : 061-8368633 Fax : 061-8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_medan@yahoo.com

21	Juni 2026	Konsultasi hasil penelitian BAB IV	Mendapatkan arahan mengenai perbaikan BAB IV	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
22.	Juni 2026	Konsultasi hasil penelitian BAB IV dan BAB V	Mendapatkan arahan mengenai perbaikan BAB IV dan V	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
23.	Juni 2026	Konsultasi perbaikan BAB IV dan BAB V	ACC BAB IV dan BAB V	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)
24.	Juni 2026	Konsultasi hasil penelitian BAB IV dan BAB V ke pembimbing ke dua	ACC BAB IV dan BAB V	(Dr.Dodoh Khodijah, SST, MPH)
25	Juni 2026	Acc Ujian Hasil Skripsi	Acc Ujian Hasil Skripsi	(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)

Mengetahui

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
(Julietta Hutabarat, S.Psi, M.Keb)	(Dr.Dodoh Khodijah, SST, MPH)
NIP. 196707201989032002	NIP. 197704062002122003

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 16 Turnitin

MIRANDA LORENZA HABEAHAN

PENGARUH PROMOSI KESEHATAN TENTANG TABLET FE MENGGUNAKAN MEDIA BUKU SAKU DIGITAL TERHADAP PE...

mahasiswa bimbingan str keb julietta hutabarat 2026

mahasiswa bimbingan ibu julietta hutabarat

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Document Details

Submission ID
tm:oid:::1:3613722216

Submission Date
Jul 20, 2026, 1:49 AM GMT+7

Download Date
Jul 27, 2026, 3:03 PM GMT+7

File Name
MIRANDA_LORENZA_HABEAHAN.docx

File Size
796.4 KB

60 Pages

12,845 Words

97,484 Characters

Dipindai dengan CamScanner

2% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database

Top Sources

1% Internet sources

1% Publications

1% Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an *indicator* of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Dipindai dengan CamScanner

Top Sources

3% Internet sources
5% Publications
1% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Student papers	
Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan		<1%
2	Internet	
repo.unikadelasalle.ac.id		<1%
3	Internet	
www.scribd.com		<1%
4	Publication	
Endang Lestiawati Endang Lestiawati, Desti, Cristin Wiyani, Ririn Wahyu Widaya...		<1%
5	Internet	
repository.unjaya.ac.id		<1%
6	Internet	
ejurnal.stikeseub.ac.id		<1%
7	Student papers	
Universitas Jenderal Soedirman		<1%
8	Internet	
digilibadmin.unismuh.ac.id		<1%
9	Student papers	
Universitas Raharja		<1%
10	Internet	
www.coursehero.com		<1%
11	Internet	
etheses.uin-malang.ac.id		<1%

Dipindai dengan CamScanner

12 Publication

Nesha Niarvi Chandra. "THE EFFECT OF HEALTH PROMOTION WITH BOOKLET AND... <1%

turnitin Page 4 of 5 - Integrity Overview Submission ID trn:oid:::1:3613722216

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 16 Draft Jurnal

PENGARUH PROMOSI KESEHATAN TENTANG TABLET FE MENGGUNAKAN MEDIA BUKU SAKU DIGITAL TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DI SMA N 1 LABUHAN DELI TAHUN 2026

THE EFFECT OF HEALTH PROMOTION ABOUT FE TABLETS USING DIGITAL POCKETBOOKS ON THE KNOWLEDGE OF ADOLESCENT FEMALES AT SMA N 1 LABUHAN DELI IN 2026

[1]Miranda Habeahan, [2]Julietta Hutabarat, [3]Dodoh Khodijah, [4]Elizawarda
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekes Kemenkes RI Medan
Email: mirandahabeahann22@gmail.com, julietta.hutabarat68@gmail.com, dodoh.kdj@gmail.com, elizajuli63@gmail.com

ABSTRAK

Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia akibat meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan kehilangan darah saat menstruasi. Secara global, prevalensi anemia pada wanita usia 15–49 tahun masih mencapai 30,7%, sedangkan di Indonesia prevalensi anemia pada remaja putri usia 15–24 tahun sebesar 15,5%. Di Provinsi Sumatera Utara, angka kejadian anemia pada remaja putri mencapai 25%. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan anemia pada remaja putri adalah kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan tentang tablet Fe menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Labuhan Deli.

Jenis penelitian ini adalah pra-eksperimen dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel penelitian berjumlah 50 responden. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan dengan 30 butir pertanyaan. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Paired Sample T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan sebelum diberikan promosi kesehatan tentang tablet Fe adalah 10,96 dan meningkat menjadi 21,78 setelah diberikan intervensi. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* = 0,001 ($p<0,05$), yang berarti terdapat pengaruh promosi kesehatan tentang tablet Fe menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Labuhan Deli.Disarankan kepada pihak sekolah untuk bekerja sama secara berkala dengan tenaga kesehatan dalam melaksanakan program promosi kesehatan, khususnya mengenai tablet Fe, melalui sarana Unit Kesehatan Sekolah dengan memanfaatkan berbagai media edukasi, salah satunya media buku saku digital.

Kata Kunci: Remaja putri, tablet Fe, promosi kesehatan, buku saku digital, pengetahuan.

Dipindai dengan CamScanner

ABSTRAK

Adolescent girls are a group vulnerable to anemia due to increased iron requirements during growth periods and blood loss during menstruation. Globally, the prevalence of anemia among women aged 15–49 years remains at 30.7%, while in Indonesia, the prevalence of anemia among adolescent girls aged 15–24 years is 15.5%. In North Sumatra Province, the incidence rate of anemia among adolescent girls reaches 25%. One of the factors that can cause anemia in adolescent girls is a lack of knowledge regarding the importance of Fe tablet consumption. This study aims to determine the effect of health promotion regarding Fe tablets using digital pocketbook media on the knowledge of adolescent girls at SMA Negeri 1 Labuhan Deli. This type of research is a pre-experimental study with a One-Group Pretest-Posttest Design. The study sample consisted of 50 respondents. The instrument used was a knowledge questionnaire consisting of 30 items. Data analysis was conducted using the Paired Sample T-Test. The results showed that the average knowledge score before receiving health promotion on Fe tablets was 10.96 and increased to 21.78 after the intervention. Statistical test results showed a p-value = 0.001 ($p < 0.05$), which indicates that health promotion regarding Fe tablets using digital pocketbook media significantly affects the knowledge of adolescent girls at SMA Negeri 1 Labuhan Deli. It is recommended for the school to regularly collaborate with healthcare professionals in implementing health promotion programs, particularly regarding Fe tablets, through the School Health Unit (UKS) facilities by utilizing various educational media, one of which is digital pocketbook media.

Keywords: Adolescent girls, Fe tablets, health promotion, digital pocketbook, knowledge.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase pertumbuhan dan pematangan yang ditandai dengan perubahan fisik dan biologis. Remaja putri rentan mengalami anemia karena kehilangan darah saat menstruasi yang meningkatkan kebutuhan zat besi. Secara global, prevalensi anemia pada wanita usia 15–49 tahun masih mencapai 30,7% (WHO, 2023). Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja putri usia 15–24 tahun mencapai 15,5% (Kemenkes, 2023).

Di Provinsi Sumatera Utara, prevalensi anemia pada remaja putri tahun 2022 mencapai 25% atau sekitar 1.329.920 remaja putri. Kasus anemia ditemukan di beberapa daerah, termasuk Deli Serdang, sehingga remaja putri di Kecamatan Sunggal juga berpotensi mengalami permasalahan tersebut (Dinkes Sumut, 2022). Penelitian Yuliana (2021) menunjukkan prevalensi anemia pada siswi SMA Negeri 1 Pancur Batu sebesar 29,8%, sedangkan penelitian Urbanus (2024) menemukan 22% remaja putri di SMA Negeri 1 Batang Kuis mengalami anemia.

Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan mudah lelah, menurunkan konsentrasi dan prestasi belajar, serta meningkatkan risiko komplikasi kehamilan di masa depan,

h

Dipindai dengan CamScanner

seperti persalinan prematur dan bayi berat lahir rendah. Penelitian Hidayah et al. (2023) juga menunjukkan adanya hubungan antara kadar hemoglobin dengan prestasi belajar remaja putri.

Salah satu upaya pencegahan anemia pada remaja putri adalah konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang mengandung 60 mg zat besi dan 400 mcg asam folat. Remaja putri dianjurkan mengonsumsi satu tablet per minggu dan setiap hari selama menstruasi atau sekitar 52 tablet per tahun. Meskipun cakupan pemberian TTD meningkat dari 31,3% pada tahun 2021 menjadi 78,9% pada tahun 2023, kepatuhan konsumsi masih rendah, yaitu hanya 3% remaja yang mengonsumsi ≥52 tablet per tahun (Sulis Winurini, 2025).Di Kabupaten Deli Serdang, cakupan pemberian TTD pada remaja putri tahun 2022 masih rendah, yaitu sebesar 17,85% (Dinkes Sumut, 2022). Rendahnya cakupan dan kepatuhan konsumsi TTD dapat meningkatkan risiko anemia pada remaja putri. Salah satu faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi TTD adalah pengetahuan mengenai manfaat, cara konsumsi, dan dampak anemia (Andriyanti & Handayani, 2026).

Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi TTD. Lismiana dan Indarjo (2021) melaporkan bahwa 83,3% remaja dengan pengetahuan rendah tidak patuh mengonsumsi TTD, sedangkan Sabrina dan Zul (2023) menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan baik memiliki kepatuhan lebih tinggi. Selain itu, Junaedi et al. (2023) menemukan bahwa setelah diberikan promosi kesehatan, proporsi remaja dengan pengetahuan baik meningkat dari 10% menjadi 80%, sehingga promosi kesehatan penting dilakukan dalam pencegahan anemia.

Perkembangan teknologi digital memberikan peluang untuk menyampaikan edukasi kesehatan melalui media yang lebih menarik, praktis, dan mudah diakses oleh remaja. Pemanfaatan media digital, termasuk buku saku digital, dapat membantu meningkatkan pemahaman remaja mengenai anemia dan pentingnya konsumsi TTD. Media ini juga sejalan dengan pemanfaatan teknologi informasi dalam meningkatkan akses terhadap informasi kesehatan.

SMA Negeri 1 Labuhan Deli merupakan salah satu sekolah di wilayah kerja Puskesmas Labuhan Deli, Kabupaten Deli Serdang, yang telah melaksanakan program pemberian TTD kepada remaja putri selama kurang lebih enam tahun. Berdasarkan survei pendahuluan terhadap 12 siswi, hanya 4 orang (33,3%) yang mampu menjelaskan manfaat dan cara konsumsi TTD dengan benar serta mengonsumsinya secara rutin, sedangkan 9 orang (75%) belum mampu menjelaskan dengan benar dan tidak mengonsumsi TTD secara teratur.

Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin pada 12 siswi tersebut juga menunjukkan bahwa 6 orang (50%)

Dipindai dengan CamScanner

mengalami anemia dengan kadar hemoglobin berkisar 9–11 g/dL. Selain itu, promosi kesehatan mengenai TTD masih jarang diberikan secara langsung sehingga pengetahuan siswi belum optimal. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya media edukasi yang menarik dan mudah diakses untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan konsumsi TTD.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Labuhan Deli Tahun 2026.

TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan tentang tablet fe menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri di SMA N 1 Labuhan deli, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Labuhan Deli.

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang Tablet Fe sebelum diberikan promosi kesehatan menggunakan media buku saku digital.

b. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang Tablet Fe sesudah diberikan promosi kesehatan menggunakan media buku saku digital.

c. Menganalisis pengaruh promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Labuhan Deli.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pra-eksperimental (Pre-Experimental Design) menggunakan pendekatan One Group Pretest-Posttest Design. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Labuhan Deli, Kabupaten Deli Serdang, pada Januari–Mei 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X sebanyak 101 orang dengan sampel 50 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin. Teknik pengambilan sampel menggunakan cluster sampling dan simple random sampling.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan tentang Tablet Fe sebanyak 30 pertanyaan dengan skala Guttman. Intervensi berupa promosi kesehatan menggunakan media buku saku digital selama 5 hari, dengan pengukuran pretest sebelum dan posttest sesudah intervensi.

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan Paired Sample T-Test apabila data berdistribusi normal atau Wilcoxon Signed-Rank Test apabila data tidak berdistribusi normal, dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

Dipindai dengan CamScanner

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1 Distribusi tingkat pengetahuan remaja putri di SMA N 1 Labuhan Deli sebelum dan sesudah, diberikan promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital

No	Kategori	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Baik (76%–100%)	1	2	24	48
2	Cukup (56%–75%)	5	10	20	40
3	Kurang (≤55%)	44	88	6	12
	Total	50	100%	50	100%

Berdasarkan Tabel 4.1, terlihat adanya peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital. Pada saat pretest, sebagian besar responden berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 44 orang (88%), sedangkan kategori baik hanya 1 orang (2%). Namun setelah diberikan intervensi (posttest), terjadi peningkatan yang cukup jelas, yaitu kategori baik menjadi 24 orang (48%) dan kategori cukup menjadi 20 orang (40%). Sebaliknya, kategori kurang mengalami penurunan dari 44 orang (88%) menjadi 6 orang (12%). Hal ini menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan remaja putri setelah diberikan promosi kesehatan menggunakan media buku saku digital di SMA N 1 Labuhan Deli.

Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk pengetahuan remaja putri sebelum (Pretest) dan sesudah (Posttest) intervensi promosi kesehatan tentang tablet fe meggunakan media buku saku digital terhadapa remaja putri di SMA N 1 Labuhan deli.

Variabel	Statistik Shapiro-Wilk	Sig.	Keterangan
Pengetahuan Pretest	0,959	0,077	Normal
Pengetahuan Posttest	0,972	0,271	Normal

Berdasarkan hasil Tabel 4.3 pada uji Shapiro-Wilk, diperoleh nilai signifikansi data pengetahuan *pretest* sebesar 0,077 dan nilai signifikansi data pengetahuan *posttest* sebesar 0,271. Kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data pengetahuan responden baik pada pretest maupun posttest berdistribusi normal.

Dengan demikian, karena data pretest dan posttest berdistribusi normal, maka uji statistik yang tepat untuk digunakan dalam mengetahui perbedaan nilai pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi adalah uji statistik parametrik yaitu Paired Sample T-Test (Uji T Berpasangan).

Tabel 4.3 Hasil uji Paired Sample T-Test pengetahuan remaja putri sebelum (*Pretest*) dan sesudah (*Posttest*) intervensi promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri di SMA N 1 Labuhan Deli.

Dipindai dengan CamScanner

Variabel	N	Mean	Modus	p-value	Keterangan
Pengetahuan Pretest-Posttest	50	10.96	12	0,001	Signifikan
	50	21.78	21		

Berdasarkan hasil Tabel 4.3, diketahui bahwa rata-rata nilai pengetahuan responden sebelum diberikan intervensi (*pretest*) adalah 10.96 dengan nilai modus 12, sedangkan rata-rata nilai pengetahuan sesudah diberikan intervensi (*posttest*) adalah 21.78 dengan nilai modus 21, Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata pengetahuan responden setelah diberikan intervensi.

Hasil uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) = 0,001 ($p < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Fe Sebelum Diberikannya Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Daku Digital

Berdasarkan hasil penelitian, sebelum diberikan promosi kesehatan menggunakan media buku saku digital, sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang Tablet Fe, yaitu sebanyak 44 orang (88%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemahaman responden mengenai manfaat, cara konsumsi, dan pentingnya Tablet Fe masih belum optimal.Rendahnya pengetahuan dapat dipengaruhi oleh keterbatasan informasi yang diterima remaja putri mengenai Tablet Fe. Menurut Notoatmodjo (2018), pengetahuan terbentuk melalui proses pengindraan terhadap suatu objek, terutama melalui penglihatan dan pendengaran. Semakin banyak informasi yang diperoleh, semakin besar peluang seseorang memiliki pengetahuan yang lebih baik.Hasil penelitian ini sejalan dengan Junaedi et al. (2023), yang menunjukkan bahwa promosi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pentingnya konsumsi Tablet Fe. Setelah diberikan promosi kesehatan, proporsi responden dengan pengetahuan baik meningkat dari 10% menjadi 80% dengan nilai p=0,001. Temuan tersebut memperkuat bahwa pemberian informasi kesehatan yang tepatdapat meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai Tablet Fe.

2. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Fe Sesudah Diberikannya Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Daku Digital

Setelah diberikan promosi kesehatan menggunakan media buku saku digital, terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri tentang Tablet Fe. Sebanyak 24 responden (48%) berada pada kategori baik dan 20 responden (40%) pada kategori cukup, sedangkan kategori kurang menurun menjadi 6 responden (12%).

Dipindai dengan CamScanner

Hal ini menunjukkan bahwa buku saku digital dapat membantu meningkatkan pemahaman responden mengenai Tablet Fe karena informasi disajikan secara ringkas, menarik, dan mudah diakses.

Peningkatan tersebut sesuai dengan Teori Multimedia Learning Mayer yang menjelaskan bahwa informasi lebih mudah dipahami apabila disampaikan melalui kombinasi kata dan gambar. Notoatmodjo (2018) juga menyatakan bahwa media promosi kesehatan dapat mempermudah penyampaian informasi dan membantu meningkatkan pemahaman sasaran. Dengan demikian, pemilihan media yang sesuai dengan karakteristik remaja dapat mendukung peningkatan pengetahuan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Mahdi et al. (2023) yang menemukan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai konsumsi Tablet Fe setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet (p=0,000). Pramesti (2023) juga menunjukkan bahwa penggunaan buku saku berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan remaja putri mengenai Tablet Fe (p=0,003). Selain itu, Dewi et al. (2025) menemukan peningkatan skor pengetahuan setelah penyuluhan menggunakan media audiovisual dengan nilai p=0,000.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi yang menarik dan mudah diakses, termasuk buku saku digital, dapat menjadi salah satu alternatif dalam promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pentingnya konsumsi Tablet Fe.

3. Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital Terhadap Pengetahuan Remaja Putri

Berdasarkan hasil uji Paired Sample T-Test diperoleh nilai p=0,001 (p<0,05), sehingga terdapat pengaruh yang signifikan antara promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Labuhan Deli. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penggunaan buku saku digital efektif dalam membantu meningkatkan pemahaman responden mengenai manfaat Tablet Fe dan pencegahan anemia.

Buku saku digital memiliki keunggulan karena mudah diakses melalui telepon genggam, dapat dipelajari kapan saja, dan memungkinkan responden mengulang kembali materi. Hal ini sejalan dengan Ardian et al. (2019) yang menyatakan bahwa buku saku digital dapat menjadi media pembelajaran pendukung yang meningkatkan minat dan kemandirian belajar. Peningkatan pengetahuan juga diduga dipengaruhi oleh pemberian waktu lima hari untuk mengakses dan mempelajari materi secara berulang.

Pengulangan materi tersebut sesuai dengan teori pemrosesan informasi yang menjelaskan bahwa informasi yang diterima dan diulang

Dipindai dengan CamScanner

secara terus-menerus dapat tersimpan lebih baik dalam memori jangka panjang (Suryana, 2022). Selain itu, pemanfaatan teknologi digital dalam promosi kesehatan dapat meningkatkan akses dan kemudahan memperoleh informasi kesehatan (Kemenkes, 2023).

Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Labuhan Deli Tahun 2026.

KESIMPULAN

1. Sebelum diberikan promosi kesehatan menggunakan media buku saku digital, sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan kurang tentang Tablet Fe, yaitu sebanyak 44 responden (88%).
2. Setelah diberikan promosi kesehatan, terjadi peningkatan pengetahuan, ditunjukkan dengan penurunan kategori kurang dari 88% menjadi 12%, sedangkan kategori baik meningkat menjadi 48% dan kategori cukup sebesar 40%.
3. Hasil uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai p=0,001 (p<0,05), dengan peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 10,96 menjadi 21,78. Dengan demikian, promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Labuhan Deli.

DAFRAT PUSTAKA

Andriyanti, P.D. And Handayani, D.S. (2026) "Pengetahuan Tentang Anemia Dan Perilaku Pencegahan Anemia Remaja Putri," 19(12), Pp. 3823–3830.

Ardian Asyhari dan Helda Silvia, "Pengembangan Media Pembelajaran Berupa Buletin dalam Bentuk Buku Saku untuk Pembelajran IPA Terpadu," Jurnal Ilmiah Pendidikan Fisika Al-Biruni Vol.5, No. 1 (2016)

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Carpenter. Steven, Andrew (2025) *The Science Of Effective Learning: Spacing, Retrieval Practice, And Metacognition Of Strategy Use, Mixed-Anion Compounds*. Available At: Https://Doi.Org/10.1039/9781839166372-Fp019.

Chusniah Rachmawati, W. (2019) *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku, Jakarta: Rineka Cipta.*

D. K. Provinsi Sumatera Utara, "Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2022

Dalimunthe, I. D. (2023). Hubungan pengetahuan dan sumber informasi dengan konsumsi tablet Fe pada remaja putri di

Dipindai dengan CamScanner

Desa Pasar Lama Tapanuli Selatan. Jurnal Kesehatan, 15(2), 1–9.

Darsini, Fahrurrozi And Cahyono, E.A. (2019) "Pengetahuan Artikel Review," *Jurnal Keperawatan*, 12(1), P. 97.

Dewi, S.K. *Et Al.* (2024) "Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri," *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(9), Pp. 4169–4176. Available At: Https://Doi.Org/10.33024/Mahesa.V4i9.16325

Green, L. W., Gielen, A. C., Ottoson, J. M., Peterson, D. V., & Kreuter, M. W. (2022). Health program planning, implementation, and evaluation: Creating behavioral, environmental, and policy change (6th ed.). Jones & Bartlett Learning.

Hafiza, D. *Et Al.* (2020) "Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri SMP YLPI Pekan Baru," *Jurnal Medika Hutama*, 02(01), Pp. 332–342.

Hanifah (2023) "Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri," *Jurnal Kesehatan Lentera 'Aisyiyah ISSN*, 6(1), Pp. 732–737.

Hidayah, N.A., Silvia, E. And Nurvalah (2023) "Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Prestasi Belajar Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Pasaman Kabupaten Pasaman Barat," *Jurnal Medisains Kesehatan*, 4(38–40), Pp. 479–486.

Institute for Health Metrics and Evaluation. (2025). Global Burden of Disease 2023: Findings from the GBD 2023 study. Seattle, WA: Institute for Health Metrics and Evaluation

Isnaini, I., Pramono, J.S. And Hazanah, S. (2025) "Keefektifan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Tindakan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri," *Jurnal Media Informatika*, 6(6), Pp. 2857–2863.

Junaedi, M. *Et Al.* (2023) "Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah Bagi Remaja Putri MA Al-Ma'arif Riyadul Falah," *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), Pp. 319–324.

Kamus Besar Bahasa Indonesia (Online), tersedia di:Http://Kbbi.Web.Id/Ajar(31 Mei 2019)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Profil Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes (2018) "Kemenkes RI. (2018). Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (WUS). Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.," *2018*, 5(2), Pp. 60–66.

Dipindai dengan CamScanner

Mahdi, A. N., & Usman. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang pentingnya konsumsi tablet Fe. Jurnal Keperawatan tropis papua, 15(1), 13–18.

Mahendra, D., Jaya, I.M.M. And Lumban, A.M.R. (2019) "Buku Ajar Promosi Kesehatan," *Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI*, Pp. 1–107.

Nabila, G. A. F. (2020). Pengembangan buku saku digital berbasis science, technology, engineering, and mathematics (STEM) berbantuan AppyPie dalam meningkatkan kemampuan berpikir kreatif siswa(Skripsi, Universitas Raden Lampung)

Notoatmodjo, S. (2018) "Promosi Kesehatan, Teori Dan Aplikasinya (Edisi Revisi) Jakarta: Rineka Cipta.

Nurmala (2018) *Promosi Kesehatan*. Pertama. Airlangga University Press. Available At: Https://Repository.Unair.Ac.Id /87974/2/ Buku Promosi Kesehatan.Pdf.

Purnomo, H. *et al.* (2024) Psikologi Remaja dan Permasalahannya. Cilacap : PT. Media Pustaka Indo.

Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, I.I.J. (2024) "Faktor Resiko Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN 2 Moro'o Athira," *PHARMACEUTICA AND SCIENCES*, 2(1), Pp. 306–312.

Rikhinati Jannah, Agung Nugroho Catur Saputro, dan Sri Yamtinah, "Penerapan model pembelajaran Think Pair Share (TPS) disertai buku saku untuk meningkatkan aktivitas dan prestasi belajar kimia pada materi minyak bumi kelas X SMA Negeri Gondangrejo tahun pelajaran 2012/2013, Jurnal Pendidikan Kimia Vol. 2, No. 4 (2013)

Septiana, N. D., & Sanjaya, R. (2025). Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang tablet Fe dengan media audio visual terhadap pengetahuan remaja putri. Jurnal of Innovative and Creativity, 5(2), 14868–14874

Sulis Winurini, (2025). Anemia Dan Kebiasaan Makan Remaja Putri Di Indonesia Jakarta: Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI.

Sulistiani, Ronald Fransyaigu And Rapita Aprilia (2025) "Pengembangan Buku Saku Digital Pada Topik B 'Kondisi Perekonomian Di Daerahku' Untuk Kelas V Sekolah Dasar Kota Langsa," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), Pp. 5905–5914. Available At: Https://Doi.Org/10.31004/Jerkin.V4i1.2716.

Suryana, E., Lestari, A., & Harto, K. (2022). Teori pemrosesan

Dipindai dengan CamScanner

informasi dan implikasi dalam pembelajaran. Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME), 8(3).

Susanti, S., Sulastri, D. And Desmawati (2021) "Evaluasi Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri," *Jurnal Kesehatan*, 9(3), Pp. 140–149

Syahroni, M., Nurrochmah, S. And Amiq, F. (2016) "Pengembangan Buku Saku Elektronik Berbasis Android Tentang Signal-Signal Wasit Futsal Untuk Wasit Futsal Di Kabupaten Pasuruan," *Pendidikan Jasmani*, 26, Pp. 304–317.

Urbanus Sihotang, & Tirigan, N. (2024). Edukasi gizi tentang anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Batang Kuis. Shihatuna: Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat, 4(1), 30–37.

Waelan, G., Manampiring, A., & Fatimawali. (2020). Hubungan pengetahuan, status gizi, dan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Jurnal Biomedik, 12(3), 178–185.

Wardani, D.S.S.J. (2024) "Studi Literatur : Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Indonesia Literature Review : Factors Related To Iron Tablets Consumption Compliance Among Adolescent Girls In Indonesia," *Media Gizi Kesmas*, 13(2), Pp. 878–897.

World Health Organization. (2023). WHO global anaemia estimates: Key findings, 2025. World Health Organization. ISBN 978-92-4-011393-0.

Yulianto, N. A. B., Maskan, M., & Utaminingsih, A. (2018). Metodologi penelitian bisnis: Metode penelitian bisnis (Vol. 1). UPT Percetakan dan Penerbitan Polinema.

Yuliana, D., Khodijah, D., & Hasibuan, Y. (2021). Edukasi dan deteksi dini anemia remaja putri di Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang. GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(2), 70–82. https://doi.org/10.36082/gemakes.v1i2.384

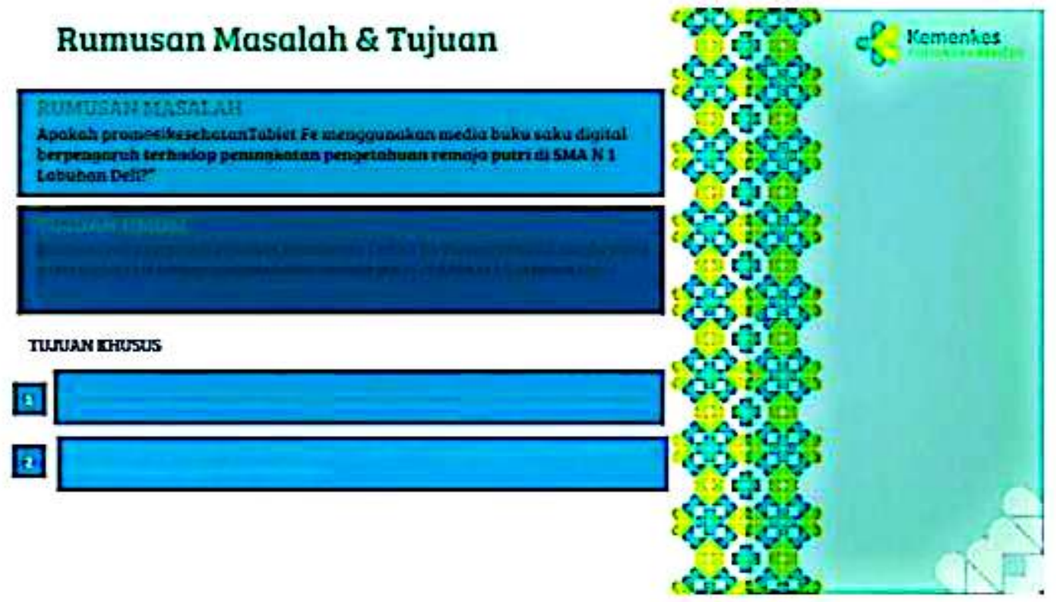
Dipindai dengan CamScanner

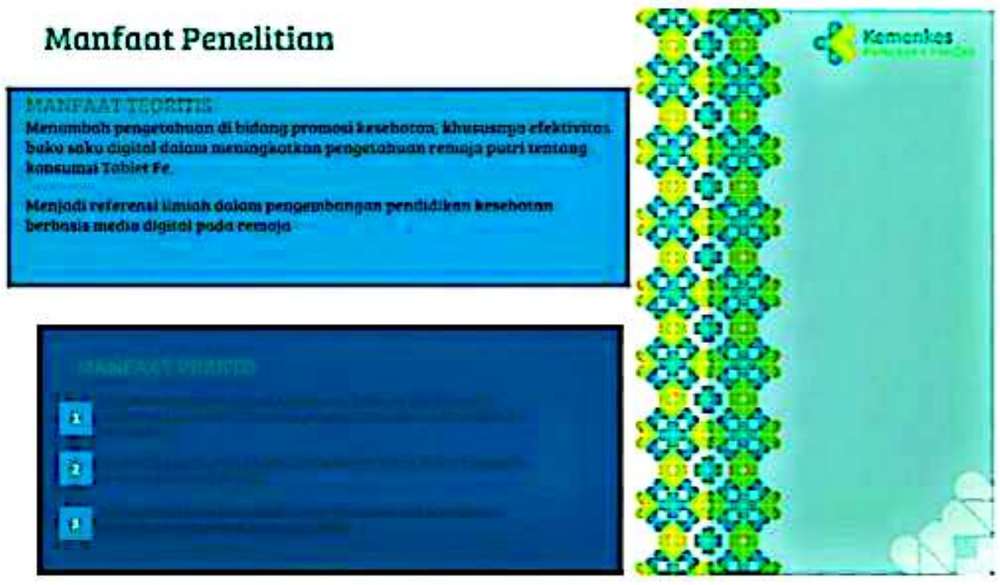
Lam piran 18 Power Point Seminar Hasil















Dipindai dengan CamScanner

TINJAUAN PUSTAKA

TABLET FE

Tablet Fe (Tablet Tambah Darah/TTD) adalah suplemen yang mengandung 60 mg zat besi dan 400 mcg asam folat.

Berfungsi untuk mencegah dan mengatasi anemia dengan membantu pembentukan hemoglobin dalam darah.

Remaja putri dianjurkan mengonsumsi 1 tablet per minggu dan setiap hari saat menstruasi.

Konsumsi Tablet Fe penting bagi remaja putri karena kehilangan zat besi saat menstruasi dan meningkatnya kebutuhan zat besi pada masa pertumbuhan.

Program Pemerintah: Pemberian Tablet Fe

Pemerintah Indonesia melaksanakan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) untuk usia 12-18 tahun pada remaja putri melalui sekolah.

Program ini bertujuan mencegah anemia dan meningkatkan kesehatan remaja putri.

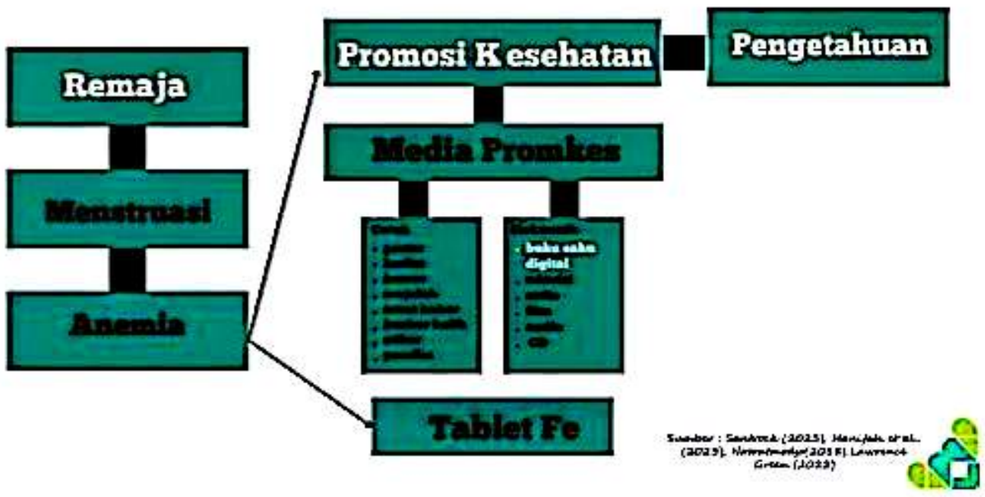
Tablet Fe diberikan secara rutin 1 tablet per minggu sepanjang tahun.

Program ini merupakan bagian dari upaya penanggulangan anemia pada remaja dan persiapan kesehatan reproduksi di masa depan.

Namun, kepatuhan konsumsi Tablet Fe masih rendah, sehingga diperlukan edukasi kesehatan yang efektif.

KERANGKA TEORI

Kemenkes Politeknik Medan



Sumber : Sandrina (2025), Hanifah et al. (2023), Notoatmodjo (2018), Lawrence Green (1980)

Kerangka Konsep dan Hipotesis

KERANGKA KONSEP



HIPOTESIS PENELITIAN

Terdapat pengaruh promosi kesehatan Tablet Fe menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri di SMA N 1 Labuhan Deli.

Kemenkes Politeknik Medan

METODE PENELITIAN

Desain, Lokasi, Populasi & Sampel

Kuantitatif Pre-Eksperimental — One Group Pretest-Posttest Design | Lokasi: SMA N 1 Labuhan Deli, Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara

ALUR PENELITIAN — ONE GROUP PRETEST-POSTTEST

1 → 2 → 3 → 4

POPULASI & SAMPEL

- 109 Orang Kelas X
- 30 responden (Cluster Sampling)
- Probability sampling
- Januari — Juni 2026

KRITERIA INKLUSI & EKSKLUSI

Variabel Penelitian

VARIABEL INDEPENDEN

VARIABEL DEPENDEN

Kemenkes Politeknik Medan

DEFINISI OPERASIONAL

Desain, Lokasi, Populasi & Sampel

Variabel					
Variabel Dependen pengetahuan remaja Putri tentang Tablet Fe	Tingkat pemahaman remaja putri mengenai Tablet Fe yang diukur melalui skor kuesioner sebelum dan sesudah promosi kesehatan	dengan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah pemberian promosi kesehatan Tablet Fe	Kuesioner Pengetahuan dengan 30 Pertanyaan Pre Test	Baik (76-100%) Cukup (56-75%) Kurang (<55%) Post Test	Ordinal
Variabel Independen Promosi kesehatan Tablet Fe menggunakan media buku saku digital	Pemberian Edukasi menggunakan buku saku digital yangberisi tentang informasi anemia, Tablet Fe, cara konsumsi, dan Pencegahan anemia yang diberikan intervensi satu kali,dan penganaan buku sakudigitaldapat di aksessebanyak5 hari dengan durasi 1 x/ hari dengan durasi 20 menit/sehali	monitoring pelaksanaan promosi kesehatan dan kepatuhan responden dalam mengakses serta membaca buku saku digital sesuai prosedur penelitian	Buku Saku Digital		Nominal

METODOLOGI PENELITIAN

Instrumen Dan Pengumpulan Data

KISI-KISI KUESIONER PENGETAHUAN

Domain Pengetahuan	Indikator	X Soal	No Soal
Pengertian Tablet Fe	Definisi dan fungsi Tablet Fe	2	1, 2
Sumber & Manfaat Tablet Fe	Manfaat utama protein & sumber pangan	4	3, 4, 5, 6
Dosis dan waktu konsumsi	Mengenal dosis dan waktu Tablet Fe	3	7, 8, 9, 10
Cara Konsumsi, Tablet Fe		6	11, 12, 13, 14, 15, 16
Efek Samping Tablet Fe	Reaksi normal efek samping	1	17
Kepatuhan Tablet Fe	Pentingnya kepatuhan dan risiko	2	18, 19
Efek Kesehatan	Peran Tablet Fe	2	19, 20

- Instrumen penelitian menggunakan kuesioner skala Guttman yang terdiri dari 30 pertanyaan dengan dua pilihan jawaban.
- Skor 1 untuk jawaban benar dan skor 0 untuk jawaban salah.

- SMA N 1 Salak
- 30 Responden
- Uji Validitas : rhitung > rtabel (0.444) dengan rentang antara 0,519-0,811
- Uji Reliabilitas : rhitung > rtabel (0,759>0,444)

Dipindai dengan CamScanner

METODOLOGI PENELITIAN

Instrumen ,Pengumpulan Data dan Pengolahan Data

KISI-KISI KUESIONER PENGETAHUAN

Prinsip Pengukuran, Indikator, Σ Soal, No. Soal

- izinpenelitian dari Kepala Sekolah SMA N 1Labuhan Deli
- penjelasan tentang tujuan, prosedur, manfaat penelitian, dan in
- menandatangani informed consent
- kuesioner pre-test (30 pertanyaan)
- promosikesehatan menggunakan buku saku digital dan PowerPoint.
- mempelajaribuku saku digital selama
- melalui smartphone.
- post-test menggunakan kuesioner yang
- pre-testdan post-test dikumpulkan, diolah, dan dianalisis

Pengolahan Data

- 1. Editing
- 2. Coding
- 3. Tabulating
- 4. Scoring
- 5. Cleaning
- 6. Saving

METODOLOGI PENELITIAN

I Analisis Data Dan Etika Penelitian

KISI-KISI KUESIONER PENGETAHUAN (30 Soal, Benar/Salah)

ANALISIS DATA

	Indikator	Σ Soal	No. Soal
Pengetahuan			
			1-10
			11-13
Tumbuh Kembang	Trimester I, II, III - Kapan ke Bidan	6	13-18
		6	19-24
		6	25-30

TOTAL: 5 Domain x 6 Soal = 30 Soal | Skor Benar=1, Salah=0 | Maks=30

Etika Penelitian

1.Persetujuan Riset (Informed Consent)
2.Beneficence (Prinsip Kemanfaatan)
3.Anonymity (Kerahasiaan Identitas)
4.Justice (Keadilan)
5.Ethical clearance

Kemenkes Politeknik Medan

HASIL DAN PEMBAHASAN

KISI-KISI KUESIONER PENGETAHUAN

Domain Pengetahuan: GamIbndiakatroran UmΣ Suoalm NoL. Sooalk

- Pinel. iti anmenggunakan desain pre-test dan post-test pada 50 siswi kelas X. Intervensi berupa promosi kesehatan menggunakan buku saku digital tentang tablet Fe. Data dikumpulkan melalui kuesioner pada Juni 2026 untuk menilai perubahan pengetahuan setelah intervensi.

Karakteristik responden

Analisis Univariat

1). Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
14 Tahun	3	6
15 Tahun	39	78
16 Tahun	8	16
Total	50 Σ	100

Mayoritas responden berusia 15 tahun, yaitu sebanyak 39 dari 50 responden, sehingga sebagian besar berada pada kelompok remaja pertengahan.

Karakteristik responden

Analisis Univariat

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Informasi Kesehatan Yang Sering didapat

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Pendidikan Ayah		
Guru	1	2%
Petugas Kesehatan	17	34%
Media Sosial	23	46%
Internet	6	12%
Keluarga	3	6%
Total	50	100%

Mayoritas responden memperoleh informasi kesehatan darimediasosial sebanyak 23 orang (46%), sedangkan paling sedikit berasal dari guru sebanyak1orang(2%). Hal ini menunjukkanbahwa media sosial merupakan sumber informasi kesehatan yang paling banyak diakses oleh remaja putri

Pengetahuan Remaja Putri

Analisis Univariat

Tabel 4.3

Distribusi tingkat pengetahuan remaja putri di SMA N 1 Labuhan Deli sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital

No	Kategori	Pretest F	Pretest %	Postest F	Postest %
1	Baik	1	2	24	48
2	Cukup	5	10	20	40
3	Kurang	44	88	6	12
	Total	50	100	50	100

Sebelum intervensi, 88% remaja putri memiliki tingkat pengetahuan kurang. Setelah diberikan promosi kesehatan menggunakan buku saku digitalentang tablet Fe, persentasetersebut menurun menjadi 12%, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan.

TINJAUAN PUSTAKA

PENGETAHUAN

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek melalui pancaindra, seperti penglihatan dan pendengaran.
Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui indera penglihatan dan pendengaran yang berperan penting dalam menerima informasi

Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan (Notoatmodjo, 2018)

REMAJA

Pengertian Remaja
WHO: Remaja adalah kelompok usia 10–19 tahun.
Permenkes RI No. 25 Tahun 2014: Remaja berusia 10–18 tahun.
BKKBN: Remaja berusia 10–24 tahun dan belum menikah.
Menurut Santrock, masa remaja merupakan masa transisi dari anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional.
Pada remaja putri, perubahan biologis ditandai dengan pubertas dan menarche (menstruasi pertama) sebagai tanda kematangan sistem reproduksi.

Kemenkes Politeknik Medan

Dipindai dengan CamScanner

Analisis Univariat

Pengetahuan Remaja Putri

Tabel 4.4
Analisis deskriptif pengetahuan remaja putri di SMA N 1 Labuhan Deli sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital

	Mean	Median	SD	Min	Max
Pretest	10.96	11	4,517		
Posttest	21.78	22	3,996	11	29

Terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri setelah intervensi, ditunjukkan oleh kenaikan nilai rata-rata dari 10,96 menjadi 21,78 dan median dari 11 menjadi 22.

Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Fe Sebelum dan Sesudah Diberikannya Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Daku Digital

Sebelum diberikan promosi kesehatan, sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tentang tablet Fe. Sebanyak 44 dari 50 responden (88%) berada pada kategori pengetahuan kurang, yang menunjukkan masih rendahnya pemahaman mengenai pentingnya tablet Fe dalam mencegah anemia.

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Fe Sebelum dan Sesudah Diberikannya Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Daku Digital

Hal ini sesuai dengan Teori Multimedia Learning dari Mayer yang menyatakan bahwa kombinasi teks dan gambar mempermudah seseorang memahami informasi. Selain itu, menurut Mahendra (2019) promosi kesehatan bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku, sedangkan Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa media promosi kesehatan mempermudah penyampaian pesan sehingga informasi lebih mudah dipahami. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Mahdi et al. (2023), Andika Pramesti (2023), dan Nur Dewi Septian (2025) yang menunjukkan bahwa penggunaan berbagai media edukasi, seperti leaflet, buku saku, dan audiovisual, secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe ($p < 0,05$).

Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media dalam promosi kesehatan mampu meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe.

PEMBAHASAN

Analisis Bivariat

Pengaruh Intervensi terhadap Pengetahuan Remaja Putri

Tabel 4.5
Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital Terhadap Pengetahuan Remaja Putri di SMA N 1 Labuhan Deli

Pengetahuan	Mean	Modus	SD	P-value
Pre Test	10.96	12	4,517	
Post Test	21.78	21	3.996	,001

Uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan data berdistribusi normal (pretest $p = 0,077$; posttest $p = 0,271$; $p > 0,05$), sehingga analisis dilanjutkan menggunakan uji Paired Sample T-Test. Hasil uji menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh promosi kesehatan tentang Tablet Fe menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri di SMA N 1 Labuhan Deli.

Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Fe Sebelum dan Sesudah Diberikannya Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Daku Digital

Setelah diberikan promosi kesehatan menggunakan media buku saku digital, tingkat pengetahuan remaja putri meningkat. Sebanyak 68% responden memiliki pengetahuan baik dan 40% memiliki pengetahuan cukup, sedangkan kategori pengetahuan kurang mengalami penurunan

PEMBAHASAN

Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital Terhadap Pengetahuan Remaja Putri

Berdasarkan hasil uji Paired Sample T-Test diperoleh nilai p value sebesar 0,001 ($p<0,05$), yang menunjukkan bahwa promosi kesehatan menggunakan media buku saku digital berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang tablet Fe di SMA Negeri 1 Labuhan Deli.

PEMBAHASAN

Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Tablet Fe Menggunakan Media Buku Saku Digital Terhadap Pengetahuan Remaja Putri

PEMBAHASAN

Dipindai dengan CamScanner

Kesimpulan

- Sebelum diberikan promosi kesehatan, 88% remaja putri memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang tablet Fe. Setelah intervensi menggunakan media buku saku digital, pengetahuan meningkat yang ditunjukkan dengan penurunan kategori pengetahuan kurang menjadi 12%.
- Hasil uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai p = 0,001 (p < 0,05), sehingga terdapat pengaruh signifikan promosi kesehatan menggunakan media buku saku digital terhadap pengetahuan remaja putri. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 10,96 menjadi 21,78 setelah intervensi.

Kesimpulan & Saran

Saran

1. Bagi Remaja Putri
Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran untuk mengonsumsi tablet Fe secara rutin sebagai upaya pencegahan anemia.

2. Bagi Sekolah
Meningkatkan edukasi tentang tablet Fe melalui UKS dan bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk promosi kesehatan secara berkelanjutan.

3. Bagi Institusi Pendidikan
Menyediakan referensi ilmiah yang lebih mutakhir, baik jurnal nasional maupun internasional, sebagai bahan pembelajaran dan penelitian terkait konsumsi tablet Fe serta pencegahan anemia pada remaja putri.

Kemenkes Poltekkes Medan

Dokumentasi

Pre Test Dan Promosi Kesehatan
(08 Juni 2026)



Dokumentasi

Masa Intervensi pemantauan lewat website dan grub
(08,09,10,11,12 Juni 2026)



Dokumentasi

Masa Post Test
(13 Juni 2026)



Kemenkes
Poltekkes Medan

TERIMA KASIH

@poltesmedan

www.poltekkes-medan.ac.id

Dipindai dengan CamScanner