# SKRIPSI

# PENGARUH EDUKASI ANEMIA DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMAN 2 LUBUK PAKAM


**KAILA YUSTISIA**

**P01031222084**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN**

**JURUSAN GIZI**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**


**2026**

# SKRIPSI

# PENGARUH EDUKASI ANEMIA DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMAN 2 LUBUK PAKAM

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika (S.TR.GZ) pada Program Studi D-IV Gizi di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan


**KAILA YUSTISIA**

**P01031222084**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN**

**JURUSAN GIZI**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**


**2026**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

# SKRIPSI

# PENGARUH EDUKASI ANEMIA DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMAN 2 LUBUK PAKAM


**Diusulkan Oleh:**

**KAILA YUSTISIA**

**P01031222084**


**Telah disetujui di Lubuk Pakam Pada Tanggal 11 Oktober 2026**

Pembimbing Utama

**Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M. Kes**
**NIP. 197906140002122004**

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

**Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes**
NIP. 197610232000032002

**HALAMAN PENGESAHAN**

# SKRIPSI

# PENGARUH EDUKASI ANEMIA DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMAN 2 LUBUK PAKAM

Telah dipersiapkan dan diusulkan oleh

**KAILA YUSTISIA**

**P01031222084**

**Telah dipertahankan di depan Tim Penguji**

**Pada tanggal: 27 Juli 2026**

**Tim Penguji:**

| | | Tanda Tangan |
|---|---|---|
| 1. | Ketua : Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M. Kes | ..... |
| 2. | Anggota 1 : Berlin Sitanggang, SST, M. Kes | ..... |
| 3. | Anggota 2 : Erlina Nasution, S. Pd, M. Kes | ..... |

Lubuk Pakam, 10 Oktober 2026

Mengetahui

Ketua Prodi

**Dr. Rina Doriana, SKM, M. Kes**

NIP : 197610232000032002

## BIODATA PENULIS



| | |
|---|---|
| Nama | : Kaila Yustisia |
| Tempat/Tgl Lahir | : Pematang Siantar , 31 Juli 2004 |
| Jenis Kelamin | : Perempuan |
| Agama | : Islam |
| Alamat Rumah | : Jalan Seiwampu , Dusun Candiroso, Kwala Mencirim |
| Nomor HP | : 082160617696 |

## RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Negeri 026602 Kota Binjai
2. SLTP : SMP Negeri 13 Kota Binjai
3. SLTA : SMA Negeri 5 Kota Binjai

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Kaila Yustisia

Nim : P01031222084

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Jurusan : Gizi

Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

**PENGARUH EDUKASI ANEMIA DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMAN 2 LUBUK PAKAM**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar- benarnya.

Lubuk Pakam, 18 September 2026

Penulis




KAILA YUSTISIA

P01031222084

# ABSTRAK

## Pengaruh Eduksi Anemia Dengan Menggunakan Media Sosial Instagram Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam

Kaila Yustisia , Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan
Email : kailayustisiaa3107@gmail.com

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang masih banyak terjadi pada remaja putri. Rendahnya pengetahuan dan sikap mengenai anemia dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia serta menghambat upaya pencegahannya. Instagram merupakan media sosial yang banyak digunakan remaja dan dapat dimanfaatkan sebagai media edukasi kesehatan yang menarik serta mudah diakses.
Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi anemia menggunakan media sosial Instagram terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMAN 2 Lubuk Pakam.
Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experiment dan rancangan one group pre-test and post-test. Penelitian dilakukan terhadap 71 remaja putri kelas XI SMAN 2 Lubuk Pakam yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Intervensi diberikan melalui akun Instagram "Glowup Anti Anemia" sebanyak empat kali selama empat minggu dengan total delapan postingan edukatif. Materi yang diberikan meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak, sumber zat besi, peran vitamin C, Tablet Tambah Darah, serta pencegahan anemia. Data pengetahuan dan sikap dikumpulkan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.
Hasil Penelitian Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden memiliki pengetahuan dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 59 orang (83,1%). Setelah edukasi, tidak terdapat lagi responden dengan pengetahuan kategori kurang, sedangkan 40 orang (56,3%) berada pada kategori baik dan 31 orang (43,7%) pada kategori cukup. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 8,69 menjadi 10,85. Pada variabel sikap, sebelum edukasi sebanyak 31 responden (43,7%) berada pada kategori kurang dan 40 responden (56,3%) pada kategori cukup. Setelah edukasi, sebanyak 13 responden (18,3%) berada pada kategori baik dan 58 responden (81,7%) pada kategori cukup. Rata-rata skor sikap meningkat dari 5,51 menjadi 9,46. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan edukasi anemia melalui Instagram terhadap pengetahuan dan sikap responden dengan nilai $p=0,000(p<0,05)$.
Edukasi anemia menggunakan media sosial Instagram berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri di SMAN 2 Lubuk Pakam. Instagram dapat digunakan sebagai salah satu media promosi kesehatan untuk mendukung pencegahan anemia pada remaja putri.

**Kata kunci**: edukasi anemia, Instagram, pengetahuan, sikap, remaja putri

# ABSTRACT

## THE EFFECT OF ANEMIA EDUCATION USING INSTAGRAM SOCIAL MEDIA ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF YOUNG WOMEN AT SMA NEGERI 2 LUBUK PAKAM

Kaila Yustisia, Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email: kailayustisiaa3107@gmail.com

Anemia is one of the nutritional problems that still frequently occurs among young women. Low knowledge and attitudes regarding anemia can increase the risk of anemia and hinder prevention efforts. Instagram is a social media platform widely used by teenagers and can be utilized as an engaging and easily accessible health education medium. This study aims to determine the effect of anemia education using Instagram social media on the knowledge and attitudes of young women at SMAN 2 Lubuk Pakam.

This study used a quantitative approach with a quasi-experiment design and a one group pre-test and post-test design. The study was conducted on 71 eleventh-grade young women of SMAN 2 Lubuk Pakam selected using a simple random sampling technique. The intervention was administered through the Instagram account "Glowup Anti Anemia" four times over four weeks with a total of eight educational posts. The material provided included definitions, causes, signs and symptoms, impacts, iron sources, the role of vitamin C, blood supplement tablets (Tablet Tambah Darah), and anemia prevention. Knowledge and attitude data were collected using questionnaires before and after the intervention. Data analysis was performed using the Wilcoxon Signed Rank Test.

Results of the Study: Before being given education, most respondents had knowledge in the poor category, namely 59 people (83.1%). After the education, there were no longer any respondents with knowledge in the poor category, while 40 people (56.3%) were in the good category and 31 people (43.7%) were in the fair category. The average knowledge score increased from 8.69 to 10.85. For the attitude variable, before education, 31 respondents (43.7%) were in the poor category and 40 respondents (56.3%) were in the fair category. After education, 13 respondents (18.3%) were in the good category and 58 respondents (81.7%) were in the fair category. The average attitude score increased from 5.51 to 9.46. The Wilcoxon test results showed a significant effect of anemia education via Instagram on the knowledge and attitudes of respondents with a value of p
= 0.000 ($p < 0.05$).

Conclusion: Anemia education using Instagram social media has a significant effect on improving the knowledge and attitudes of young women at SMAN 2 Lubuk Pakam. Instagram can be used as one of the health promotion media to support anemia prevention in young women.

**Keywords**: anemia education, Instagram, knowledge, attitude, you

PROOF READING OF TRANSL
06 OCT 2026

# DAFTAR ISI

**HALAMAN PERSETUJUAN** ..... **i**
**HALAMAN PENGESAHAN** ..... **ii**
**BIODATA PENULIS** ..... **iii**
**PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN** ..... **iv**
**ABSTRAK** ..... **iv**
**ABSTRACT** ..... **vi**
**KATA PENGANTAR** ..... **vi**
**DAFTAR ISI** ..... **vii**
**DAFTAR TABEL** ..... **x**
**DAFTAR GAMBAR** ..... **xi**
**DAFTAR LAMPIRAN** ..... **xii**
**BAB I PENDAHULUAN** ..... **1**
A. Latar Belakang Masalah ..... 1
B. Rumusan Masalah ..... 4
C. Tujuan Penelitian ..... 4
1. Tujuan Umum ..... 4
2. Tujuan Khusus ..... 4
D. Manfaat Penelitian ..... 5
1. Bagi Peneliti ..... 5
2. Bagi Remaja Putri ..... 5
3. Bagi Sekolah ..... 5
**BAB II TINJAUAN PUSTAKA** ..... **6**
A. Anemia ..... 6
1. Pengertian Anemia ..... 6
2. Tanda dan Gejala Anemia ..... 6
3. Dampak Anemia Pada Remaja Putri ..... 7
B. Pendidikan Kesehatan ..... 7
1. Pengertian Pendidikan Kesehatan ..... 7
2. Tujuan Pendidikan Kesehatan ..... 8
3. Metode Pendidikan Kesehatan ..... 8
C. Pengetahuan ..... 9
1. Pengertian Pengetahuan ..... 9
2. Pengelompokkan Pengetahuan ..... 10
3. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan ..... 11
4. Pengukuran Pengetahuan ..... 13
5. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia ..... 14
D. Sikap ..... 15

1. Pengertian Sikap ..... 15
2. Tingkatan Sikap ..... 15
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pembentukan Sikap ..... 16
4. Pengukuran Sikap ..... 17
5. Sikap Remaja Putri Tentang Anemia ..... 17
E. Remaja ..... 18
1. Pengertian Remaja ..... 18
2. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja ..... 18
3. Perkembangan Remaja Putri dan Tugasnya ..... 20
F. Media Promosi Kesehatan ..... 21
1. Instagram ..... 21
2. Fitur-Fitur Instagram ..... 22
3. Kelebihan Instagram ..... 24
4. Konsep Akun Instagram ..... 24
5. Instagram sebagai Media Edukasi Kesehatan ..... 26
G. Kerangka Teori ..... 27
H. Kerangka Konsep ..... 28
I. Definisi Operasional ..... 30
J. Hipotesis ..... 32
**BAB III METODE PENELITIAN ..... 33**
A. Pendekatan Penelitian ..... 33
B. Jenis dan Rancangan Penelitian ..... 33
C. Lokasi Dan Waktu Penelitian ..... 33
D. Populasi Dan Sampel ..... 34
1. Populasi ..... 34
2. Sampel ..... 35
E. Instrumen Dan Bahan Penelitian ..... 36
F. Jenis dan Cara Pengumpulan Data ..... 36
1. Jenis Data ..... 36
2. Tahapan Penelitian ..... 36
G. Teknik Pengolahan Data ..... 39
H. Analisis Data ..... 40
I. Etika Penelitian ..... 41
**BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN ..... 44**
A. Hasil Penelitian ..... 44
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian ..... 44
2. Karakteristik Identitas Sampel ..... 45
3. Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Edukasi 45
4. Sikap Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Edukasi ..... 47
5. Pengaruh Edukasi Anemia Menggunakan Media Sosial Instagram

terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri ..... 47
B. Pembahasan ..... 49
1. Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Edukasi..... 49
2. Sikap Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Edukasi ..... 50
3. Pengaruh Edukasi Anemia Menggunakan Media Sosial Instagram terhadap Pengetahuan Remaja Putri ..... 52
4. Pengaruh Edukasi Anemia Menggunakan Media Sosial Instagram terhadap Sikap Remaja Putri ..... 52
**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN ..... 54**
A. Kesimpulan ..... 54
B. Saran ..... 55
**DAFTAR PUSTAKA ..... 57**
**LAMPIRAN ..... 60**

# DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Definisi Operasional ..... 30
Tabel 3.1 Populasi Kelas XI SMA Negeri 2 Lubuk Pakam..... 34
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Sampel ..... 45
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Edukasi..... 46
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Edukasi ..... 47
Tabel 4.4 Analisis Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Edukasi ..... 48
Tabel 4.5 Analisis Sikap Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Edukasi ..... 49

# DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Profil Akun Instagram ..... 25
Gambar 2.2 Kerangka Teori ..... 27
Gambar 2.3 Kerangka Konsep ..... 29
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian ..... 33
Gambar 3.2 Tahapan Penelitian ..... 39

# DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Survei Pendahuluan ..... 60
Lampiran 2. Surat Balasan Dari Sekolah ..... 61
Lampiran 3. Surat Penelitian ..... 62
Lampiran 4. Surat Balasan Penelitian ..... 63
Lampiran 5. Jadwal Peneliti ..... 64
Lampiran 6. Lembar Pesetujuan ..... 65
Lampiran 7. Ethical Clearance ..... 66
Lampiran 8. Lembar Satuan Acara Penyuluhan (SAP) ..... 67
Lampiran 9. Kuesioner Penelitian ..... 71
Lampiran 10. Satuan Acara Penyuluhan ..... 76
Lampiran 11. Media Intervensi ..... 81
Lampiran 12. Postingan Sosial Media Instagram ..... 83
Lampiran 14. Dokumentasi Survei Pendahuluan ..... 87
Lampiran 15. Tabulasi Data Kuesioner Penelitian ..... 89
Lampiran 16. Hasil Pengujian SPSS ..... 93
Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian ..... 97