

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG ANEMIA  
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP  
SISWI DI SMA N 3 DUMAI**



Oleh :

**NINDY HARIYANI MANURUNG  
12080323762**

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU  
2024**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG ANEMIA  
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP  
SISWI DI SMA N 3 DUMAI**



Oleh :

**NINDY HARIYANI MANURUNG  
12080323762**

**Diajukan sebagai salah satu syarat  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi**

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU  
2024**

## HALAMAN PENGESAHAN

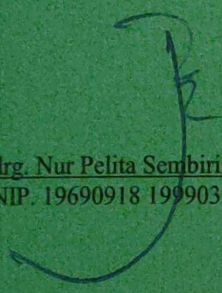
Judul : Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswi di SMA N 3 Dumai  
Nama : Nindy Hariyani Manurung  
NIM : 12080323762  
Program Studi : Gizi

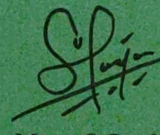
Menyetujui,

Setelah diuji pada pada Tanggal 29 Oktober 2024

Pembimbing I

Pembimbing II

  
drg. Nur Pelita Sembiring, MKM  
NIP. 19690918 199903 2 002


  
Sofya Maya, S.Gz., M.Si  
NIP. 19900805 202012 2 020

Mengetahui:

Dekan  
Fakultas Pertanian dan Peternakan

Ketua,  
Program Studi

  
Dr. Arsyndi Ali, S.Pt., M.Agr.Sc  
NIP. 19730904 199903 1 031

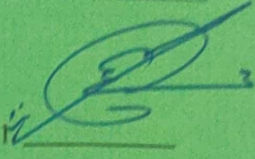
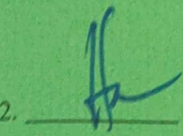
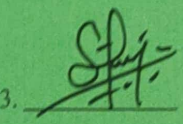
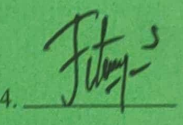
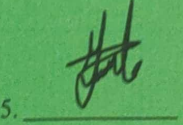
  
drg. Nur Pelita Sembiring, MKM  
NIP. 19690918 199903 2 002

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Nindy Hariyani Manurung/12080323762 telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji ujian Sarjana Gizi pada Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan dinyatakan lulus pada Tanggal 29 Oktober 2024

No	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Tahir Aulawi, S.Pt., M.Si	KETUA	
2.	drg. Nur Pelita Sembiring, MKM	SEKRETARIS	
3.	Sofya Maya, S.Gz., M.Si	ANGGOTA	
4.	Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si	ANGGOTA	
5.	Yanti Ernalina, Dietisen., M.P.H	ANGGOTA	

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nindy Hariyani Manurung  
NIM : 12080323762  
Tempat/Tgl. Lahir : Dumai, 13 Mei 2002  
Fakultas : Pertanian dan Peternakan  
Prodi : Gizi  
Judul Skripsi : Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswi di SMA N 3 Dumai

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulis skripsi dengan judul sebagaimana tersebut diatas dengan hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu skripsi saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan skripsi saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikian Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, Oktober 2024  
Yang membuat pernyataan



Nindy Hariyani Manurung  
NIM.12080323762

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Assalamm'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Puji Syukur kepada Allah Subhanahu Wa ta'ala, Tuhan pencipta semesta alam yang tak serupa dengan makhluknya yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswi di SMA N 3 Dumai**. Sholawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad Shalallahu 'Alaihi Wassalam atas segala rahmat dan karuniannya.

Penulisan skripsi dilakukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi (S.Gz), Jurusan Gizi, Fakultas Pertanian dan Peternakan, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Penulis sangat bahagia diberikan kekuatan dan kesehatan sampai di titik ini serta mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang terkait atas dukungan, motivasi, semangat yang diberikan selama proses perkuliahan sampai penyusunan skripsi:

1. Teristimewa penulis sampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada kedua orangtua penulis yaitu Ayahanda Arfan Manurung dan Ibunda Rubiani yang sangat luar biasa atas semua nasihat dalam segala hal serta doa tulus dan limpahan kasih dan sayang yang tiada henti selalu tercurahkan untuk kesuksesan penulis dalam segala kecukupan yang diberikan serta senantiasa memberikan dorongan baik secara moril maupun materil sehingga penulis mampu menghadapi segala kesulitan dan hambatan yang ada dan pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Kepada kakak yang penulis sayangi Cindy Irfani Manurung, S.Pd, serta adik penulis yaitu Natasya Yudisti Manurung dan Imfio Alrazya Manurung terimakasih atas dukungan dan motivasi kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dan terimakasih telah menjadi saudara yang saling menyayangi.
3. Bapak Prof. Dr. Hairunas, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
4. Bapak Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr. Sc, Selaku Dekan, Bapak Dr. Irwan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Taslapratama, M.Sc, selaku Wakil Dekan I, Bapak Prof . Dr. Zulfahmi, S.Hut., M.Si, selaku Wakil Dekan II, dan Bapak Dr. Syukria Ikhsan Zam, M.Si, selaku Wakil Dekan III Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

5. Ibu drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M, selaku Ketua Prodi Gizi dan Pembimbing 1 yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, serta motivasi sampai selesainya skripsi ini.

6. Bapak Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt., M.Si, selaku Sekretaris Prodi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

7. Ibu Sofya Maya, S.Gz., M.Si, selaku dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, serta motivasi sampai selesainya skripsi ini.

8. Ibu Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si, selaku dosen Penguji I dan Ibu Yanti Ernalina, Dietisien. M.P.H, selaku dosen Penguji II yang telah memberikan arahan kepada penulis.

9. Seluruh Dosen Fakultas Pertanian dan Peternakan, khususnya dosen-dosen Prodi Gizi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Terima kasih atas ilmu yang telah diberikan.

10. Bapak Drs. Edi Prayitno, selaku Kepala Sekolah SMA N 3 Dumai yang telah memberikan izin penelitian, beserta ibu dan bapak guru yang sangat membantu penulis dalam penelitian.

11. Seluruh siswi kelas X dan XI SMA N 3 Dumai yang telah bersedia menjadi responden penelitian dengan meluangkan waktu dan membantu penulis dalam penelitian.

12. Sahabat terbaik penulis Silvi Rury Seffira. Hrp terimakasih telah membersamai penulis dari awal kuliah hingga tersusun nya skripsi ini. Terimakasih telah menjadi sahabat yang sangat baik bahkan seperti saudara, dan terimakasih karena tidak pernah meninggalkan penulis sendirian.

13. Sahabat penulis Dina Mahlupi, Supiyah Noraini, Tutut Gina Fadhillah, Vivi Rezki Alijarti, Nia Sapira, Indah Ratu Zakhia Seffindra, Cici Aprilia, Ibnu Rindu Utami, dan Senja Agusta yang selalu membantu, memberi motivasi, saran, saling mengingatkan, menyemangati, dan menemani penulis dalam berjuang untuk menyelesaikan skripsi ini.

14. Seluruh teman seperjuangan Mahasiswa gizi angkatan 2020 serta pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah berbagi segala informasi dan selalu memberikan semangat selama masa perkuliahan serta memberi dukungan dan do'anya.

Penulis menyadari bahwa skripsi masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu kritik dan saran dari pembaca sangat diharapkan demi perbaikan mendatang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat hendaknya bagi kita semua.

*Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.







## RIWAYAT HIDUP

Nindy Hariyani Manurung dilahirkan di Dumai Kecamatan Bukit Kapur Kota Dumai, pada tanggal 13 Mei 2002. Lahir dari pasangan Bapak Arfan Manurung dan Ibu Rubiani, yang merupakan anak ke-2 dari 4 bersaudara. Masuk sekolah dasar di SD Negeri 006 Bukit Kapur dan tamat pada tahun 2014.

Pada tahun 2014 melanjutkan pendidikan ke sekolah lanjutan tingkat pertama di SMP Negeri 5 Dumai dan tamat pada tahun 2017 di SMP Negeri 5 Dumai. Pada tahun 2017 penulis melanjutkan pendidikan ke SMA Negeri 3 Dumai dan tamat pada tahun 2020.

Pada tahun 2020 melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN) diterima menjadi mahasiswa pada Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Pada Bulan Juli sampai dengan Agustus tahun 2023 melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kelurahan Bagan Besar Kecamatan Bukit Kapur Kota Dumai Provinsi Riau. Bulan Oktober sampai dengan Desember tahun 2023 melaksanakan Praktek Kerja Lapang (PKL) Gizi Masyarakat di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru, PKL Dietetik dan PKL Gizi Institusi di RSUD Puri Husada Tembilahan. Melaksanakan penelitian pada Bulan Mei sampai dengan Juni 2024 di SMA N 3 Dumai.

Pada Tanggal 29 Oktober 2024 dinyatakan lulus dan berhak menyandang gelar Sarjana Gizi melalui sidang munaqasah Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswi di SMA N 3 Dumai**. Sholawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad Shallallahu ‘Alaihi Wassalam atas segala rahmat dan karunia-Nya.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu drg. Nur Pelita Sembiring, MKM sebagai dosen Pembimbing I dan Ibu Sofya Maya, S.Gz., M.Si. sebagai dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi sampai selesainya skripsi ini. Kepada seluruh rekan-rekan yang telah banyak membantu penulis di dalam penyelesaian skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, penulis ucapkan terima kasih dan semoga mendapatkan balasan dari Allah SWT untuk kemajuan kita semua dalam menghadapi masa depan nanti.

Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca demi kesempurnaan penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua baik untuk masa kini maupun untuk masa yang akan datang.

Pekanbaru, Oktober 2024

Penulis

UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PENGARUH PENYULUHAN TENTANG ANEMIA TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWI DI SMA N 3 DUMAI

Nindy Hariyani Manurung (12080323762)

Di bawah bimbingan Nur Pelita Sembiring dan Sofya Maya

### INTISARI

Anemia adalah suatu kondisi medis di mana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal umumnya berbeda pada laki-laki dan perempuan, untuk wanita sebagai kadar hemoglobin kurang dari 12,0 gram/100 ml. Selain itu, seorang siswi yang memiliki pengetahuan yang kurang akan sangat berpengaruh terhadap sikap siswi terhadap pencegahan anemia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang anemia terhadap pengetahuan dan sikap siswi di SMA N 3 Dumai. Penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Mei sampai dengan Juni tahun 2024. Metode yang digunakan adalah *pre-experiment design* dengan rancangan penelitian *one group pre-test post-test* dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 74 orang yang merupakan siswi usia 15-18 tahun. Data dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* pada data pengetahuan dan sikap. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan penyuluhan tentang anemia mayoritas siswi memiliki pengetahuan gizi kurang (59,46%) dan setelah diberikan penyuluhan mayoritas siswi memiliki pengetahuan gizi baik (74,32%). Pada tingkat sikap sebelum diberikan penyuluhan tentang anemia mayoritas siswi memiliki sikap gizi kurang (17,57%) dan setelah diberikan penyuluhan mayoritas siswi memiliki sikap gizi baik (81,08%). Terdapat pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang anemia siswi di SMA N 3 Dumai dengan nilai *p-value* 0,000 dan terdapat pengaruh penyuluhan terhadap sikap tentang anemia siswi di SMA N 3 Dumai dengan nilai *p-value* 0,000. Kesimpulan penelitian adalah penyuluhan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang anemia pada siswi di SMA N 3 Dumai.

Kata kunci: anemia, pengetahuan, penyuluhan, sikap, siswi

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **THE EFFECT OF COUNSELING ABOUT ANEMIA ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF FEMALE STUDENT AT SMA N 3 DUMAI**

Nindy Hariyani Manurung (12080323762)  
Under guidance by Nur Pelita Sembiring and Sofya Maya

### **ABSTRACT**

*Anemia is a medical condition in which the number of red blood cells or hemoglobin is less than normal. Normal hemoglobin levels are generally different in men and women, for women the hemoglobin level is less than 12.0 grams/100 ml. Apart from that, a female student who has insufficient knowledge will greatly influence the attitude of young women towards preventing anemia. The aimed of this research was to determine the effect of counseling about anemia on the knowledge and attitudes of female student at SMA N 3 Dumai. This research was carried out from May to June 2024. The method used was a pre-experiment design with a one group pre-test post-test research design with sampling using a purposive sampling technique. The respondents in this study were 74 people who were female student aged 15-18 years. Data were analyzed used the Wilcoxon test on knowledge and attitude data. The research results showed that before being given counseling about anemia, the majority of female student had poor nutritional knowledge (59.46%) and after being given counseling the majority of female student had good nutritional knowledge (74.32%). At the attitude level, before being given counseling about anemia, the majority of female student had poor nutritional attitudes (17.57%) and after being given counseling the majority of female student had good nutritional attitudes (81.08%). There was an influence of counseling on the level of knowledge about anemia among female student at SMA N 3 Dumai with a p-value of 0.000 and there was an effect of counseling on attitudes about anemia among female student at SMA N 3 Dumai with a p-value of 0.000. The conclusion of the research was that counseling had an effect on increasing knowledge and attitudes about anemia in female student at SMA N 3 Dumai.*

**Keyword:** anemia, attitude, counseling, female student, knowledge



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
KATA PENGANTAR .....	IX
INTISARI .....	X
ABSTRACT .....	XI
DAFTAR ISI .....	XII
DAFTAR TABEL .....	XIV
DAFTAR GAMBAR .....	XV
DAFTAR SINGKATAN .....	XVI
DAFTAR LAMPIRAN .....	XVII
<b>I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
I.1. Latar Belakang .....	1
I.2. Tujuan Penelitian .....	3
I.3. Manfaat Penelitian .....	3
I.4. Hipotesis .....	3
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>4</b>
2.1. Pengetahuan .....	4
2.2. Sikap .....	6
2.3. Anemia .....	8
2.4. Penyuluhan .....	12
2.5. Remaja .....	14
2.6. <i>Power Point</i> .....	16
2.7. Kerangka Pemikiran .....	17
<b>III. MATERI DAN METODE</b> .....	<b>19</b>
3.1. Tempat dan Waktu .....	19
3.2. Definisi Operasional .....	19
3.3. Metode Pengambilan Sampel .....	20
3.4. Jenis Data dan Teknik Pengambilan Data .....	21
3.5. Instrumen Penelitian .....	21
3.6. Alur Penelitian .....	23
3.7. Pengolahan dan Analisis Data .....	24
3.8. Uji Validitas dan Reabilitas .....	26
<b>IV. HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>29</b>
4.1. Gambaran Lokasi Penelitian .....	29
4.2. Karakteristik Responden .....	29
4.3. Pengetahuan Tentang Anemia .....	30
4.4. Sikap Tentang Anemia .....	33
4.5. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia .....	36
	XII

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4.6. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Sikap Tentang Anemia ....	37
V. PENUTUP .....	39
5.1. Kesimpulan .....	39
5.2. Saran .....	39
DAFTAR PUSTAKA .....	40
LAMPIRAN .....	44



UIN SUSKA RIAU



**DAFTAR TABEL**

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
3.1. Definisi Operasional .....	19
3.2. Indikator Kuesioner Pengetahuan Tentang Anemia .....	22
3.3. Indikator Kuesioner Sikap Tentang Anemia .....	22
3.4. Hasil Uji Validitas Pengetahuan .....	26
3.5. Hasil Uji Validitas Sikap .....	27
3.6. Hasil Uji Reliabilitas Pengetahuan dan Sikap Anemia .....	28
4.1. Karakteristik Responden .....	29
4.2. Skor Item Pengetahuan Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi	30
4.3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswi Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan .....	32
4.4. Skor Item Sikap Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi .....	33
4.5. Distribusi Frekuensi Sikap Siswi Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan .....	35
4.6. Hasil Perbedaan Skor Pengetahuan Siswi Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Anemia .....	36
4.7. Hasil Perbedaan Skor Sikap Siswi Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Anemia .....	37

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Pemikiran .....	18
1. Bagan Alur Penelitian .....	23
1. SMA N 3 Dumai .....	29



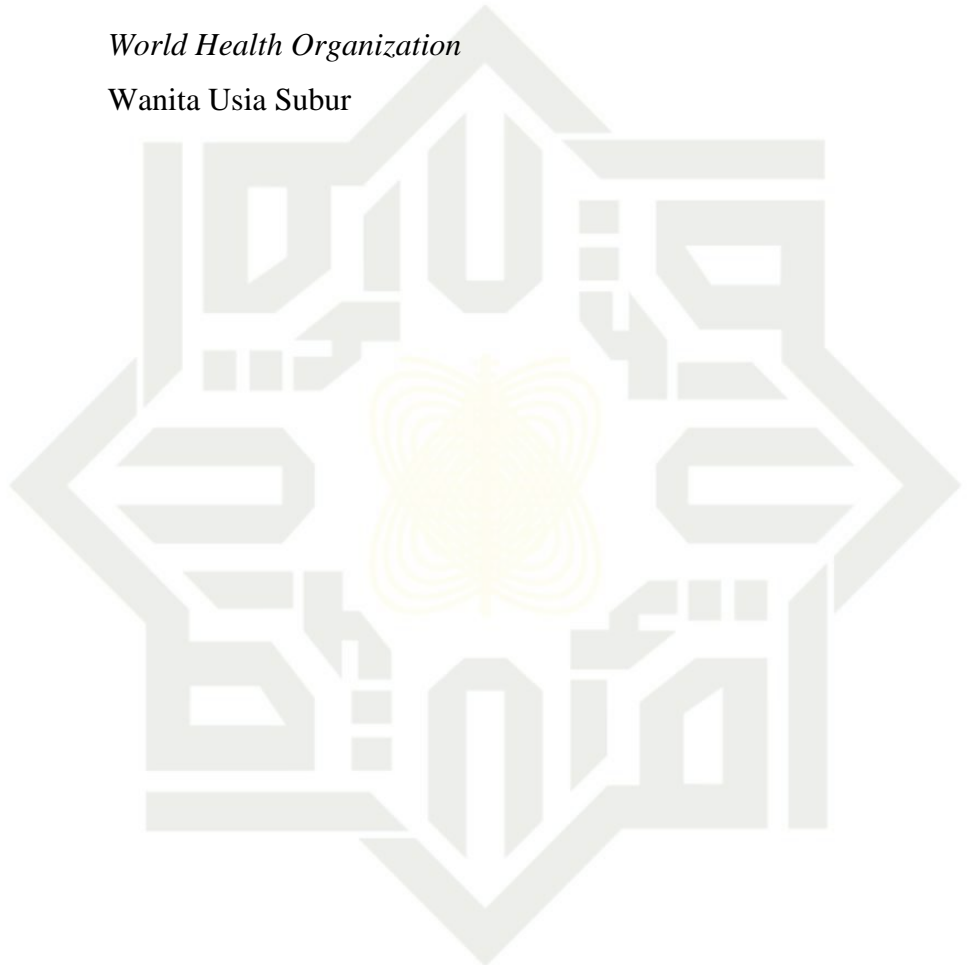
UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## DAFTAR SINGKATAN

SMA	Sekolah Menengah Atas
AGB	Anemia Gizi Besi
BBLR	Berat Bayi Lahir Rendah
HB	Hemoglobin
TTD	Tablet Tambah Darah
WHO	<i>World Health Organization</i>
WUS	Wanita Usia Subur



UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Izin Riset .....	44
2. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian .....	45
3. Surat Keterangan Layak Etik .....	46
4. Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	47
5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	48
6. Kuesioner Penelitian .....	49
7. <i>Power point</i> Materi Anemia .....	52
8. Dokumentasi Kegiatan Penelitian .....	54
9. Materi Penyuluhan .....	56
10. Hasil Uji Statistik .....	60

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## I. PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin berada di bawah normal. Kadar hemoglobin normal umumnya berbeda pada pria dan wanita. Secara umum, anemia didefinisikan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 13,5 gram/100 ml pada pria dan kurang dari 12,0 gram/100 ml pada wanita (Proverawati, 2011). Anemia merupakan masalah kesehatan di seluruh dunia, terutama di negara-negara berkembang. Prevalensi anemia di dunia tergolong tinggi, terutama di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Anemia merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan kelelahan, kelesuan, dan kelesuan pada penderitanya, sehingga mempengaruhi kreativitas dan produktivitas (Kemenkes, 2021).

Kejadian anemia di Indonesia kebanyakan disebabkan oleh rendahnya zat besi akibat tidak memadai konsumsi makanan yang kaya zat besi, khususnya dari sumber hewani (zat besi hem). Makanan nabati juga memiliki zat besi (zat besi non hem), tetapi jumlah zat besi yang dapat diserap oleh usus jauh lebih sedikit dibandingkan dengan yang ada pada sumber hewani. Masyarakat Indonesia cenderung mengandalkan zat besi yang berasal dari tumbuhan. Menurut Survei Konsumsi Pangan Individu, sebanyak 97,7% penduduk di Indonesia mengkonsumsi beras, yang hanya mengandung 1,8 mg zat besi per 100 gramnya. Dengan demikian, secara umum, warga Indonesia berisiko tinggi mengalami Anemia Gizi Besi (AGB) (Kemenkes RI, 2018). Kehilangan darah karena perdarahan adalah faktor utama yang menyebabkan anemia. Kehilangan darah dapat mempengaruhi keseimbangan zat besi dalam tubuh. Kehilangan sebanyak 1 ml darah berarti kehilangan 0,5 mg zat besi, sehingga kehilangan darah hingga 3-4 ml per hari dapat menyebabkan keadaan negatif zat besi (Nurbadriyah, 2019).

*World Health Organization* (WHO) mencatat bahwa pada tahun 2011 tingkat Anemia di kalangan remaja putri secara keseluruhan mencapai 51%. Di kawasan Asia Tenggara, 30 - 45% remaja putri mengalami kondisi anemia, baik yang ringan maupun berat, dengan banyak diantaranya tinggal di wilayah tropis. Di Indonesia sendiri, presentase anemia mencapai 28,83% yang terdiri dari

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

19,44% laki-laki dan 39,04% perempuan (WHO, 2011). Menurut data yang didapat dari Dinas Kesehatan Provinsi Riau pada Tahun 2017 kejadian anemia di kalangan remaja mengalami peningkatan, di Tahun 2015 tercatat 19% dari remaja berusia 12 - 18 tahun menderita anemia, lalu angka tersebut meningkat menjadi 21% pada Tahun 2016, dan akhirnya mencapai 27% pada Tahun 2017 (Dinkes Prov Riau, 2017).

Faktor-faktor yang memengaruhi anemia salah satunya adalah pengetahuan dan sikap terkait anemia. Pengetahuan memiliki peran yang signifikan dalam terjadinya anemia, dengan pengetahuan yang rendah maka terjadinya anemia pada remaja putri meningkat. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahdia dkk. (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kejadian anemia. Hasil penelitian tersebut menunjukkan 33,9% remaja putri yang berpengetahuan rendah mengalami anemia. Hal ini sejalan dengan penelitian Numadinisa dkk. (2023) di SMK Puspita Medika menunjukkan terdapat pengaruh edukasi dengan tingkat sikap pada kejadian anemia dengan hasil penelitian menunjukkan 28,61% siswi yang bersikap kurang, mempunyai pengetahuan yang kurang juga. Hasil penelitian Anggoro (2020) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan mempengaruhi perubahan sikap remaja terkait pencegahan anemia, hal tersebut juga didukung oleh Notoatmodjo (2014) untuk membentuk sikap secara utuh, diperlukan keterlibatan antara pengetahuan, pemikiran, keyakinan, dan emosi.

Menurut penelitian Hatma (2014), menyatakan bahwa banyak informan memiliki pemahaman yang salah mengenai anemia pada remaja. Sebagian besar responden memberikan jawaban yang salah terkait pertanyaan seputar anemia pada usia remaja, sehingga muncul anggapan bahwa penyuluhan sangatlah penting untuk dilakukan. Berdasarkan penelitian Nuryanto dkk. (2014), salah satu metode untuk meningkatkan pemahaman seseorang adalah dengan memberikan pendidikan gizi sejak dini. Pendidikan mengenai gizi ini dapat dilakukan melalui penyuluhan serta distribusi materi seperti poster, leaflet, atau booklet kepada siswa. Promosi kesehatan adalah langkah pertama dan paling penting dalam mencegah penyakit. Dalam promosi kesehatan, penting untuk menyamakan pemahaman bahwa kegiatan yang dilakukan merupakan usaha untuk memberikan

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

informasi kesehatan kepada masyarakat, sehingga mereka terdorong dan mampu menjaga serta meningkatkan kesehatan mereka (Rachmawati, 2019).

Melihat dari kejadian tersebut, anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan di Indonesia yang cukup menonjol terutama di kalangan anak sekolah, khususnya diantara remaja putri. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang lebih beresiko mengalami anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki. Hal ini disebabkan oleh dua alasan utama, yakni menstruasi yang terjadi setiap bulan dan kebiasaan pola makan yang tidak sehat sehingga dapat menyebabkan tubuh kekurangan zat-zat gizi penting seperti zat besi (Masthalina, 2015).

SMA N 3 Dumai adalah salah satu sekolah negeri yang terletak di kecamatan Bukit Kapur, Kota Dumai. Berdasarkan hasil pengamatan melalui wawancara dengan beberapa siswi yang berada di sekolah, masih banyak terdapat siswi yang belum mengetahui tentang anemia akibat kurangnya promosi kesehatan yang dilakukan oleh petugas kesehatan. Di sisi lain, sekolah tersebut belum pernah dilakukan penelitian yang sama yaitu pengaruh penyuluhan tentang anemia terhadap pengetahuan dan sikap siswi dalam mencegah anemia. Berdasarkan permasalahan yang terdapat pada latar belakang diatas, maka peneliti tertarik ingin melakukan penelitian mengenai Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan dan Sikap siswi di SMA N 3 Dumai

## 1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang anemia terhadap pengetahuan dan sikap siswi di SMA N 3 Dumai.

## 1.3. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian adalah sebagai sumber informasi ilmiah tentang adanya pengaruh penyuluhan tentang anemia terhadap pengetahuan dan sikap siswi di SMA N 3 Dumai. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadi masukan dalam rangka pengembangan ilmu mengenai pengetahuan anemia pada siswi.

## 1.4. Hipotesis

Hipotesis penelitian adalah terdapat pengaruh penyuluhan tentang anemia terhadap pengetahuan dan sikap siswi di SMA N 3 Dumai.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1. Pengetahuan

Pengetahuan adalah suatu pemahaman yang diperoleh setelah seseorang mengamati suatu objek tertentu. Proses pengamatan ini dilakukan dengan menggunakan lima indra manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Sebagian besar informasi yang dimiliki manusia dikumpulkan melalui penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan atau bidang kognitif adalah faktor utama yang sangat berpengaruh dalam tingkah laku seseorang (Notoatmodjo, 2014).

Notoatmodjo (2014) menjelaskan bahwa, pengetahuan merupakan informasi yang dimiliki oleh individu atau responden mengenai keadaan sehat dan sakit atau kesehatan, seperti; mengenai penyakit (faktor penyebab, metode penularan, dan tindakan pencegahan). Gizi, kebersihan, layanan kesehatan, kesehatan lingkungan, program keluarga berencana, dan lain-lain. Menurut Asda dan Sekarwati (2023) faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang meliputi: a) Faktor internal, yang berasal dari diri sendiri, seperti kecerdasan, ketertarikan dan kondisi fisik; b) Faktor eksternal, yang berasal dari lingkungan luar, seperti keluarga, masyarakat, dan fasilitas; c) Faktor pendekatan belajar, yang berhubungan dengan usaha dalam belajar, seperti teknik dan metode yang digunakan.

Pengetahuan yang terdapat dalam tingkat kognitif terdiri dari enam tingkatan yaitu: 1) Tahu (*Know*), yang berarti kemampuan untuk mengingat informasi yang sudah dipelajari sebelumnya. Pada tingkat ini, termasuk pula kemampuan untuk mengingat informasi tertentu dan keseluruhan materi yang telah dikaji atau stimulus yang telah diterima. Oleh karena itu, mengingat adalah bentuk pengetahuan yang paling mendasar. Istilah yang digunakan untuk mengevaluasi apakah seseorang mengetahui materi yang dipelajari mencakup menyebutkan, menjelaskan, mendefinisikan, dan lainnya; 2) Memahami (*Comprehension*), yang didefinisikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan dengan tepat mengenai objek yang diketahui dan dapat menafsirkan informasi tersebut dengan benar. Seseorang yang memahami objek atau materi seharusnya mampu menjelaskan, memberikan ilustrasi, menarik kesimpulan, memprediksi,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan lainnya terkait dengan objek yang sedang dipelajari; 3) Aplikasi (*Application*), yaitu kemampuan untuk menerapkan materi yang telah dipahami dalam kondisi nyata. Dalam konteks ini, aplikasi dapat terwujud dalam bentuk penerapan hukum, rumus, metode, prinsip, dan lain-lain dalam konteks atau situasi yang berbeda.; 4) Analisis (*Analysis*), merupakan kemampuan untuk memecah suatu materi atau objek menjadi bagian-bagian yang lebih kecil, tetapi tetap mengacu pada suatu kesatuan yang saling berhubungan. Kemampuan ini dapat dikenali melalui penggunaan kata kerja seperti mendeskripsikan, membedakan, memisahkan, mengategorikan, dan lain-lain; 5) Sintesis (*Synthesis*), menunjukkan kapasitas untuk mengorganisir atau mengaitkan komponen-komponen menjadi suatu struktur baru. Ini berarti sintesis merupakan kemampuan untuk merumuskan sesuatu yang baru dari rumusan yang telah ada. Contohnya, mampu merancang atau membangun suatu konsep yang sudah ada sebelumnya; 6) Evaluasi (*Evaluation*), meliputi keahlian untuk memberikan penilaian atau penelitian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian ini dilakukan berdasarkan standar yang ditetapkan secara mandiri atau dengan menggunakan standar yang sudah ada (Notoatmodjo, 2014).

Memperoleh pengetahuan bisa dilakukan dengan berbagai pendekatan, yaitu metode tradisional atau non-modern serta metode modern. Metode tradisional digunakan untuk mencari kebenaran pengetahuan sebelum adanya penemuan ilmiah atau cara yang berbasis statistik dan logika. Metode-metode pada periode ini meliputi: a) Metode coba-coba, di mana kemungkinan digunakan untuk menyelesaikan masalah, dan jika satu kemungkinan tidak berhasil, dicoba kemungkinan lainnya; b) Pengalaman individu sebagai sumber pengetahuan untuk menemukan kebenaran; c) Melalui proses berpikir yang dilakukan dengan penalaran. Metode modern dalam pengetahuan lebih terstruktur, logis, dan alami. Metode-metode dalam periode ini meliputi: 1) Metode induktif, adalah pendekatan yang melibatkan pengamatan langsung terhadap fenomena di alam atau dalam masyarakat, lalu mengumpulkan data hasil pengamatan tersebut untuk menghasilkan kesimpulan yang lebih umum; 2) Metode deduktif, yaitu mulai dari prinsip-prinsip umum untuk kemudian dihubungkan dengan bagian-bagian yang lebih spesifik (Notoatmodjo, 2014).

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2.2. Sikap

Sikap adalah jawaban atau reaksi yang belum terlihat dari individu terhadap rangsangan atau benda. Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa sikap tidak dipahami lebih dahulu melalui tingkah laku yang tersembunyi. Sikap sangat jelas mendukung makna adanya keselarasan respons terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari adalah respon emosional terkait rangsangan sosial. Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung dapat ditanyakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek (Notoatmodjo, 2014). Sikap merupakan tahapan yang lebih tinggi dari pengetahuan, sehingga pengetahuan dan sikap terkait gizi yang baik juga akan menghasilkan perilaku gizi yang positif atau perilaku kearah yang lebih baik (Budiman dan Riyanto, 2013).

Menurut Azwar (2011), sikap terdiri dari tiga komponen yang membentuk strukturnya, yakni: 1) Komponen kognitif, yang juga dikenal sebagai komponen perseptual, mencakup kepercayaan yang berhubungan dengan cara individu memandang objek sikap berdasarkan menurut yang mereka lihat dan ketahui, termasuk pandangan, kepercayaan, pemikiran, pengalaman pribadi, serta integritas emosional, dan juga informasi dari orang lain; 2) Komponen afektif, yang menggambarkan aspek sosial subjektif individu terhadap objek sikap, baik dari sisi positif (perasaan bahagia) atau negatif (perasaan tidak suka), di mana reaksi emosional sering kali dipengaruhi oleh apa yang kita anggap benar tentang objek itu; 3) Komponen konatif, yang mencerminkan arah untuk beraksi terhadap objek sikap yang dihadapi, dengan hubungan ini berlandaskan pada asumsi bahwa keyakinan dan perasaan mempunyai pengaruh besar terhadap perilaku.

Menurut Notoatmodjo (2014), seperti halnya pengetahuan, sikap terdiri dari beberapa tingkatan, yaitu: 1) Menerima, berarti individu (subjek) bersedia dan memberikan perhatian pada rangsangan yang ada; 2) Merespon, yang berarti memberikan jawaban saat ditanya, melaksanakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan merupakan suatu tanda dari sikap. Usaha untuk memberikan jawaban atau menyelesaikan tugas, terlepas dari apakah hasilnya benar atau salah, menunjukkan bahwa individu tersebut menerima ide tersebut; 3) Menghargai, mengajak orang lain untuk berpartisipasi dalam menyelesaikan atau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



mendiskusikan suatu masalah merupakan indikator dari sikap pada tingkatan ketiga; 4) Bertanggung jawab, yang mencakup kesediaan untuk mengakui semua keputusan yang diambil beserta risikonya adalah bentuk sikap yang paling tinggi.

Sikap dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berperan dalam terbentuknya suatu sikap. Menurut Azwar (2011), ada beberapa faktor yang berpengaruh terhadap pembentukan sikap, yaitu: a) Pengalaman pribadi, hal-hal yang telah kita alami atau sedang kita jalani berperan dalam membentuk dan memengaruhi cara kita merespons rangsangan sosial. Respon ini dapat menjadi salah satu faktor dasar dalam pembentukan sikap; b) Kebudayaan, budaya di mana kita dibesarkan dan hidup berpengaruh besar pada sikap kita. Jika kita tumbuh dalam lingkungan yang memiliki aturan longgar mengenai interaksi antara lawan jenis, ada kemungkinan besar sikap kita akan mendukung kebebasan dalam bergaul. Sebaliknya, jika kita berada dalam budaya yang menekankan kebersamaan, kita bisa saja memiliki pandangan negatif terhadap kehidupan individualis yang menonjolkan kepentingan pribadi; c) Individu yang penting, orang-orang di sekitar kita adalah salah satu unsur sosial yang turut memengaruhi sikap kita; d) Media massa, sebagai alat komunikasi, berbagai jenis media massa seperti televisi, radio, koran, dan majalah, memiliki dampak signifikan dalam membentuk pandangan dan keyakinan masyarakat. Salah satu tugas utama media massa adalah memberikan informasi. Media juga menyampaikan informasi-informasi yang dapat memengaruhi pendapat individu; e) Institusi pendidikan dan agama, kedua lembaga ini berperan dalam membentuk sikap karena kontribusinya dalam mengembangkan pemahaman dan prinsip moral dalam diri orang. Ajaran agama dan pendidikan memberi pemahaman tentang hal-hal yang benar dan salah, serta garis pemisah antara perilaku yang diperbolehkan dan yang dilarang, berdasarkan pengajaran dari lembaga pendidikan atau tempat ibadah dan ajarannya; f) Faktor emosional dalam diri seseorang, sikap seseorang tidak sepenuhnya ditentukan oleh lingkungan dan pengalaman pribadinya. Terkadang, sikap yang diperlihatkan adalah cerminan dari emosi yang bisa berperan sebagai cara melepaskan ketidakpuasan atau mekanisme perlindungan diri agar tetap menjaga kewarasan.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2.3. Anemia

### 2.3.1. Pengertian Anemia

Anemia merupakan keadaan di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam aliran darah lebih rendah dari angka yang dianggap normal (WHO, 2011). Hemoglobin berperan sebagai salah satu unsur dalam sel darah merah / eritrosit yang berperan untuk mengikat oksigen dan menyalurkannya ke seluruh sel jaringan tubuh agar dapat menjalankan tugasnya. Kekurangan oksigen dalam jaringan otak dan otot dapat mengakibatkan gejala seperti kesulitan berkonsentrasi dan perasaan lelah saat melakukan aktivitas. Hemoglobin terbentuk dari gabungan protein dan zat besi yang membentuk sel darah merah/eritrosit. Anemia ialah gejala yang perlu dianalisis penyebabnya dan penanganannya dilakukan sesuai berdasarkan penyebabnya (Kemenkes RI, 2018).

Anemia defisiensi besi (ADB) pada kalangan remaja adalah topik masalah kesehatan yang sangat menarik untuk diteliti. Secara umum, anemia defisiensi besi merupakan kondisi kekurangan darah yang disebabkan oleh rendahnya zat besi dalam tubuh, yang mengakibatkan kebutuhan untuk proses pembentukan sel darah merah tidak dapat terlaksana. Hal ini ditandai dengan penampakan sel darah merah yang berwarna pucat dan berukuran kecil, serta penurunan kadar besi dalam serum dan saturasi transferin, dan juga terdapat peningkatan kemampuan total untuk mengikat zat besi dan cadangan besi di sumsum tulang serta lokasi lainnya sangat minim atau bahkan tidak ada sama sekali (Nuraisyah dkk., 2019).

### 2.3.2. Penyebab Anemia

Anemia terjadi akibat beberapa faktor, seperti kekurangan zat besi, kurang asam folat, vitamin B12, dan protein. Secara langsung, anemia terjadi akibat rendahnya jumlah atau kualitas sel darah merah serta kehilangan darah, yang dapat berlangsung baik secara akut maupun dalam jangka waktu lama (Kemenkes RI, 2018).

Anemia kebanyakan disebabkan oleh perdarahan yang berlangsung lama. Gizi yang tidak memadai atau masalah penyerapan makanan oleh usus juga dapat menyebabkan seseorang mengalami kekurangan darah. Perdarahan dalam sistem pencernaan, kebocoran pada saringan darah di ginjal, menstruasi yang berlebihan,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

serta para pendonor darah yang tidak mendapatkan asupan nutrisi yang baik dapat meningkatkan resiko anemia (Soebroto, 2020).

Menurut Kemenkes RI (2018), ada 3 penyebab anemia yaitu:

#### 1. Defisiensi zat gizi

Konsumsi yang rendah dari zat gizi baik dari sumber hewani maupun nabati merupakan penyebab kurangnya zat besi yang esensial dalam pembentukan hemoglobin, yang merupakan bagian utama dari sel darah merah atau eritrosit. Zat gizi lain yang juga berperan penting dalam proses pembentukan hemoglobin adalah asam folat dan vitamin B12. Pada orang yang mengalami penyakit infeksi berkepanjangan seperti TBC, HIV/AIDS, dan kanker sering kali mengalami anemia, baik karena kekurangan zat gizi atau dampak dari infeksi tersebut.

#### 2. Perdarahan

Perdarahan yang disebabkan oleh infeksi cacing dan cedera atau luka dapat mengakibatkan penurunan kadar hemoglobin. Perdarahan yang terjadi akibat menstruasi yang berlangsung lama.

#### 3. Hemolitik

Perdarahan pada individu yang mengalami malaria kronis harus diwaspadai karena terjadi hemolitik yang mengakibatkan penumpukan zat besi di berbagai organ tubuh, termasuk hati dan limfa. Pada penderita thalassemia, kelainan darah yang diakibatkan oleh faktor genetik yang menyebabkan anemia karena sel darah merah/eritrosit cepat pecah, sehingga menyebabkan penumpukan zat besi di dalam tubuh.

### 2.3.3. Gejala Anemia

Menurut Soebroto (2020) tanda-tanda anemia dapat menyebabkan semua orang menjadi bingung. Gejala-gejala yang muncul akibat tidak cukupnya pasokan oksigen untuk memenuhi kebutuhan ini bervariasi. Anemia dapat mengakibatkan rasa lelah, kelemahan, kehilangan tenaga, dan kepala terasa pusing. Anemia yang semakin parah bisa mengakibatkan serangan jantung atau stroke.

Gejala yang biasanya dialami oleh penderita anemia adalah lemah, kelelahan, rasa lesu, lunglai, wajah terlihat pucat, penglihatan yang kabur, menurunnya selera makan, kesulitan dalam berkonsentrasi, mudah lupa dan rentan

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terhadap sakit. Anemia dapat menyebabkan dampak buruk yang dapat memengaruhi kegiatan sehari-hari, seperti menurunnya kemampuan berfikir, kurangnya konsentrasi, berkurangnya prestasi, berkurangnya motivasi untuk belajar dan bekerja, hilangnya produktivitas kerja, menurunnya kebugaran tubuh dan meningkatkan kemungkinan terkena penyakit.

#### 2.3.4. Dampak Anemia

Menurut Kemenkes RI (2018) Anemia bisa mengakibatkan beberapa efek negatif bagi remaja putri dan wanita usia subur (WUS). Dampak anemia terhadap remaja putri diantaranya adalah menurunkan daya tahan tubuh yang membuat penderita anemia lebih rentan terhadap penyakit infeksi, selain itu juga dapat mengurangi kebugaran fisik dan kemampuan berpikir akibat dari kurangnya oksigen ke sel-sel otot dan otak serta menurunnya prestasi belajar dan produktivitas kerja/kinerja.

Menurut Utami dkk. (2021) dampak anemia pada remaja putri adalah sebagai berikut:

##### a. Gangguan fungsi kognitif

Berdasarkan hasil penelitian terhadap hubungan antara kejadian anemia dengan kemampuan kognitif anak sekolah. Kemampuan kognitif yakni kemampuan berfikir. Pelajar yang mengalami anemia dari penelitian menyebutkan bahwa 50 orang yang terkena anemia, 26 orang didalamnya memiliki kemampuan kognitif yang buruk.

##### b. Beresiko melahirkan bayi BBLR & Stunting

Anemia yang dialami remaja putri akan berdampak lebih serius mengingat mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan seorang bayi, sehingga memperbesar resiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir prematur, dan berat badan bayi lahir rendah (BBLR).

##### c. Daya konsentrasi menurun

Penderita anemia menyebabkan hemoglobin tidak bisa berfungsi dengan baik. Hemoglobin tidak mampu mengantarkan oksigen ke otak. Hal ini mengakibatkan munculnya gejala kepala pusing dan rasa kantuk. Konsentrasi penderita akan menurun. Selain itu, penderita menjadi kurang produktif karena dampak yang ditimbulkan oleh anemia.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

d. Pertumbuhan & perkembangan terhambat  
Penderita anemia pasti akan mengalami defisiensi zat gizi. Pemenuhan kebutuhan zat gizi akan mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang sesuai dengan usia. Akibat terjadinya defisiensi zat gizi maka pertumbuhan dan perkembangan mengalami hambatan. Terlebih lagi kebutuhan zat gizi pada remaja meningkat.

e. Antibodi menurun  
Sel darah putih yang berfungsi sebagai bagian dari sistem kekebalan tubuh tidak dapat berfungsi dengan baik saat terjadi kekurangan zat besi. Hal ini menyebabkan jumlah antibodi pada orang yang mengalami anemia berkurang. Anemia juga dapat berdampak pada fungsi sel darah putih sehingga menurunkan kemampuan untuk membunuh organisme yang menyerang.

### 2.3.5. Cara Pencegahan dan Penanggulangan Anemia

Menurut Kemenkes RI (2018) upaya pencegahan dan penanggulangan anemia dilakukan dengan memastikan bahwa tubuh mendapatkan cukup zat besi untuk memperbaiki produksi hemoglobin agar meningkat. Beberapa langkah yang bisa dilakukan adalah:

#### 1. Meningkatkan asupan makanan sumber zat besi

Meningkatkan konsumsi makanan yang kaya akan zat besi dengan pola makan yang sehat dan bergizi seimbang, yang melibatkan berbagai jenis makanan, terutama sumber pangan hewani yang tinggi zat besi (besi heme) dalam jumlah yang sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG). Oleh sebab itu perlu juga meningkatkan sumber pangan nabati yang tinggi zat besi (besi non-heme), walaupun penyerapannya lebih rendah dibandingkan dengan yang berasal dari hewani. Makanan yang banyak mengandung sumber zat besi dari hewani adalah hati, ikan, daging dan unggas, sedangkan untuk meningkatkan penyerapan zat besi dari sumber nabati penting untuk mengonsumsi buah-buahan yang kaya vitamin C seperti jeruk dan jambu. Penyerapan zat besi dapat dihambat oleh zat lain, seperti tannin, fosfor, serat, kalsium, dan fitrat.

#### 2. Fortifikasi bahan makanan dengan zat besi

Fortifikasi bahan makanan adalah proses menambah satu atau lebih zat gizi kedalam makanan untuk meningkatkan nilai gizi pada makanan tersebut.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penambahan zat gizi ini dilakukan di sektor industri makanan, dengan demikian disarankan untuk membaca label pada kemasan guna mengetahui apakah produk tersebut sudah diberi fortifikasi dengan zat besi.

### 3. Suplementasi zat besi

Situasi di mana asupan besi dari makanan tidak memenuhi kebutuhan besi memerlukan pemberian suplemen zat besi. Pemberian suplemen zat besi secara teratur dalam periode tertentu bertujuan untuk segera meningkatkan hemoglobin dan harus diteruskan untuk menambah cadangan zat besi di dalam tubuh.

Suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri merupakan salah satu langkah dari pemerintah Indonesia untuk memenuhi kebutuhan zat besi, Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat menghindari anemia serta meningkatkan simpanan zat besi dalam tubuh.

## 2.4. Penyuluhan

Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan yang bertujuan menyampaikan berbagai informasi dan pesan, membangun kepercayaan, sehingga masyarakat menjadi paham, mengerti dan menyadari, serta berkeinginan dan mampu melakukan saran yang berkaitan dengan kesehatan dan mengalami peningkatan dalam pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Notoatmodjo, 2012). Penyuluhan kesehatan secara praktis merupakan kombinasi antara keinginan manusia dan kesehatan yang ideal, serta bertujuan untuk memperkuat semangat untuk mencapai kesehatan yang ideal dan mengubah pola hidup ke arah yang lebih sehat. Kesehatan yang ideal sendiri adalah keadaan seimbang antara aspek fisik, emosional, sosial, agama, dan kepintaran. Perubahan gaya hidup dapat didorong oleh serangkaian pengalaman yang meningkatkan kesadaran, semangat, dan kemampuan untuk menerapkan praktik kesehatan yang baik (Johan, 2023).

Penyuluhan dapat diartikan sebagai suatu proses yang mengarah pada perubahan, pertumbuhan, dan perkembangan individu menuju keselarasan dan keseimbangan fisik, mental, dan sosialnya dengan lingkungan. Kegiatan penyuluhan bertujuan untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat atau kelompok tertentu yang sesuai dengan masalah kesehatan yang mereka hadapi (Iyong dkk., 2020).

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tujuan dari penyuluhan ialah untuk mencapai perubahan pada perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam merawat serta menjaga kesehatan, dengan berpartisipasi secara sungguh-sungguh dalam menciptakan kesehatan yang sempurna sesuai dengan konsep hidup sehat secara fisik, mental, dan sosial. Metode Pendekatan yang digunakan dalam penyuluhan ialah metode ceramah, yang merupakan salah satu cara untuk menyampaikan ide, pemahaman, atau informasi secara langsung terhadap suatu kelompok yang menjadi target. Metode ceramah dapat diimbangi dengan memberikan pertanyaan menggunakan alat bantu, baik secara langsung maupun tiruan, serta melakukan presentasi untuk menjelaskan gagasan yang dibahas dan menerapkan variasi dalam gaya penyampaian ceramah (Notoatmodjo, 2012).

Menurut Notoatmodjo (2012), ada tiga kategori dalam metode pendidikan atau pengajaran, yaitu: 1) Metode yang berfokus pada pendekatan individual. Metode ini bertujuan untuk membimbing perubahan perilaku sehingga individu ingin mengalami transformasi atau mengadopsi inovasi baru. Alasan penggunaan metode ini adalah karena setiap individu memiliki beragam masalah terkait perubahan perilaku tersebut. Pendekatan yang dapat dipakai dalam konteks ini meliputi bimbingan dan konseling serta wawancara; 2) Metode yang berlandaskan pada pendekatan kelompok. Metode yang dipakai dalam penyuluhan ini dilakukan secara kolektif. Penyampaian informasi tidak perlu memperhatikan seberapa besar kelompok yang dituju serta level pendidikan mereka. Pendekatan kelompok terbagi menjadi dua; yaitu kelompok besar dan kelompok kecil. Kelompok besar terdiri dari lebih dari 15 orang. pada kelompok besar, metode yang paling sesuai adalah ceramah dan seminar. Kelompok kecil adalah yang terdiri dari kurang dari 15 orang. Metode yang tepat untuk kelompok ini adalah diskusi; 3) Metode yang berfokus pada pendekatan publik. Tujuan dari metode ini adalah untuk menjangkau masyarakat secara umum tanpa membedakan usia, jenis kelamin, profesi, status sosial, atau tingkat pengetahuan, sehingga informasi yang disampaikan perlu disusun agar dapat dimengerti publik. Beberapa contoh metode yang cocok untuk pendekatan publik antara lain ceramah umum yaitu: a) Metode penyampaian pesan di depan umum dengan tema tertentu; b) Pidato atau diskusi, yaitu cara menyampaikan pesan di hadapan umum, dapat melalui media

elektronik seperti TV atau radio; c) Simulasi, yaitu contoh dari metode publik yang dilakukan secara langsung. Contohnya adalah dialog antar dokter dan pasien yang membahas keluhan yang dihadapi pasien; d) Tulisan atau majalah, ialah metode publik yang berisi berita, tanya jawab, dan konsultasi mengenai masalah tertentu; e) Billboard, yaitu metode yang digunakan untuk menyampaikan informasi di pinggir jalan seperti spanduk, poster, dan sejenisnya.

## 2.5. Remaja

Masa remaja adalah periode di mana terjadi transformasi yang cepat dalam aspek fisik, mental, dan sosial. Masa ini adalah fase transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan banyak perubahan, seperti peningkatan massa otot, perubahan dalam lemak tubuh, serta perubahan hormon. Perubahan ini mempengaruhi kebutuhan gizi. Kebutuhan gizi pada remaja juga dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial (Hardinsyah dan Supariasa, 2016).

Perkembangan fisik yang muncul saat memasuki tahap remaja adalah proses yang membawa individu menuju kedewasaan fisik dan seksual. Kebanyakan remaja cenderung memperhatikan perubahan pada tubuh dan penampilan mereka. Perubahan fisik serta penampilan remaja berdampak pada citra tubuh (*body image*) dan rasa kepercayaan diri (*self-esteem*) (Thahir, 2018).

Masa remaja merupakan periode peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa. Dalam fase ini, seseorang merasakan banyak perubahan, baik secara fisik maupun mental. Perubahan yang paling terlihat adalah perubahan fisik, di mana tubuh mengalami pertumbuhan yang signifikan dan menyerupai bentuk tubuh orang dewasa yang juga diiringi dengan meningkatnya kemampuan reproduksi (Ahjuri, 2019).

Menurut Ahjuri (2019). Tahapan perubahan selama masa remaja meliputi: 1) Perubahan fisik, rangkaian perubahan yang paling tampak selama masa remaja ialah perubahan biologis dan fisiologis yang terjadi pada awal remaja, yaitu sekitar usia 11-15 tahun untuk perempuan dan 12-16 tahun untuk laki-laki. Kelenjar endokrin mulai memproduksi hormon-hormon baru, yang mengakibatkan perubahan pada ciri-ciri seks primer dan munculnya ciri-ciri seks sekunder. Tanda-tanda ini menunjukkan bahwa sistem reproduksi mulai aktif.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Bersamaan tubuh dan anggota tubuh mengalami pertumbuhan yang cepat, mendekati orang dewasa. seseorang akan mulai tampak berbeda, dan akibat dari hormon-hormon baru tersebut, tubuh sendiri mulai merasakan perbedaan; 2) Perubahan emosional, efek langsung dari perubahan fisik dan hormonal adalah perubahan dalam aspek emosional remaja sebagai dampak dari perubahan fisik dan hormonal serta pengaruh sekitar yang berkaitan dengan perubahan tubuh tersebut. Perubahan hormonal berkontribusi pada perubahan seksual dan menimbulkan dorongan serta emosi baru. Keseimbangan hormonal yang baru juga membuat individu merasakan pengalaman yang belum pernah dirasakan sebelumnya. Keterbatasan dalam secara kognitif memahami perubahan tersebut dapat menyebabkan lonjakan besar dalam emosi. Ditambah dengan pengaruh sosial yang selalu berubah, seperti tekanan dari teman sebaya, media, dan ketertarikan pada seks lawan jenis, remaja menjadi lebih fokus pada aspek seksual. Hal ini menuntut mereka untuk mengembangkan keterampilan pengendalian dan pengaturan diri atas perilaku mereka.

Perkembangan kognitif terjadi ketika remaja mulai mengasah kemampuan berpikir secara abstrak yang biasanya dimulai pada usia 11 tahun. Tahap ini memberikan pendekatan yang lebih adaptif bagi remaja dalam memproses informasi, di mana mereka sudah bisa mengenali waktu dalam konteks sejarah dan ruang angkasa. Remaja akan mulai merenungkan kemungkinan-kemungkinan yang bisa terjadi, bukan hanya fokus pada apa yang telah terjadi. Remaja juga mulai mampu merancang dan menguji hipotesis (Thahir, 2018).

Perkembangan psikososial merupakan perkembangan yang mencakup kemampuan untuk beradaptasi dengan keadaan sosial, situasi, dan hubungan dengan tepat. Para remaja diharapkan mampu beradaptasi dengan baik terhadap lingkungan, keluarga, sekolah, dan masyarakat. Mereka akan menghadapi berbagai pengaruh sosial, perubahan dalam masyarakat, dan nilai-nilai sosial sehingga proses penyesuaian yang baru pun terjadi (Rochmah, 2014).

Menurut WHO (2011) seseorang dianggap remaja jika usianya berkisar antara 10-19 tahun. Berdasarkan pengelompokan usia, masa remaja dikategorikan menjadi tahap remaja awal (10-13 tahun), tahap remaja tengah (14-16 tahun), dan tahap remaja akhir (17-19 tahun).

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2.6. Power point

Media adalah sarana atau alat bantu yang digunakan untuk memberikan pesan dan informasi kepada banyak orang. Menurut Notoatmodjo (2012), sarana atau alat bantu memiliki beberapa fungsi, yaitu: 1) Meningkatkan minat di bidang pendidikan; 2) Mencapai tujuan pembelajaran dengan lebih efektif; 3) Menyelesaikan suatu pemahaman atau masalah; 4) Merangsang peserta didik agar pesan dapat diterima dengan mudah; 5) Mempermudah proses penyampaian pengetahuan yang ingin diinfokan; 6) Membantu penerima informasi dalam memahami informasi yang disampaikan; 7) Menginspirasi seseorang atau individu untuk mengetahui, mempelajari, dan memahami informasi dengan lebih baik.

*Power Point* merupakan sebuah program aplikasi yang dapat ditampilkan di layar dengan bantuan proyektor LCD. *Power point* adalah salah satu perangkat lunak yang digunakan untuk melakukan presentasi, baik saat rapat maupun untuk merencanakan berbagai kegiatan lainnya, termasuk sebagai alat pembelajaran di sekolah. *Power point* menawarkan fitur slide yang berfungsi untuk menampung poin-poin penting yang akan disampaikan kepada para siswa. Dengan adanya animasi, sebuah slide dapat diubah sehingga lebih menarik bagi siswa. *Power point* juga mempunyai fitur gambar depan, suara, dan efek yang dapat digunakan untuk menciptakan slide yang menarik dan berkualitas. Ketika slide ini dipresentasikan, perhatian pendengar dapat diarahkan untuk memahami informasi yang disampaikan (Sanaky, 2009).

Menurut Kentut (2010), pembuatan media *power point* atau slide perlu mengikuti beberapa prinsip dalam pengembangan media pembelajaran. Prinsip dalam pengembangan media pembelajaran yaitu: a) Proses pengembangan harus mematuhi prosedur instruksional, sebab media *power point* dirancang untuk kegiatan belajar. Tanpa penerapan prinsip ini, hasil presentasi tidak akan efektif dalam mencapai tujuan pembelajaran; b) Penting untuk diingat bahwa media *power point* hanya berfungsi sebagai bantuan dalam presentasi, bukan sebagai media yang akan dipelajari secara mandiri; c) Prinsip mengenai keakuratan materi dan daya tarik penyajian. Konten yang disampaikan harus benar dan disajikan dengan cara yang menarik.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*Power point* sebagai media untuk belajar memiliki beberapa kelebihan dalam segi teknis. Salah satunya adalah kemudahannya, memiliki tampilan yang menarik, serta dapat menunjukkan gambar, animasi, suara, dan video yang meningkatkan ketertarikan siswa untuk memperhatikan, dan dapat digunakan untuk proses belajar yang diulang-ulang. Media *power point* juga memiliki kekurangan, seperti tidak semua jenis materi bisa disampaikan dengan alat ini, perlunya keahlian khusus untuk membuat desain *Power point* yang dapat menarik perhatian siswa, dan juga memerlukan lebih banyak waktu serta persiapan untuk menampilkan animasi yang lebih kompleks (Sanaky, 2009).

### 2.7. Kerangka Pemikiran

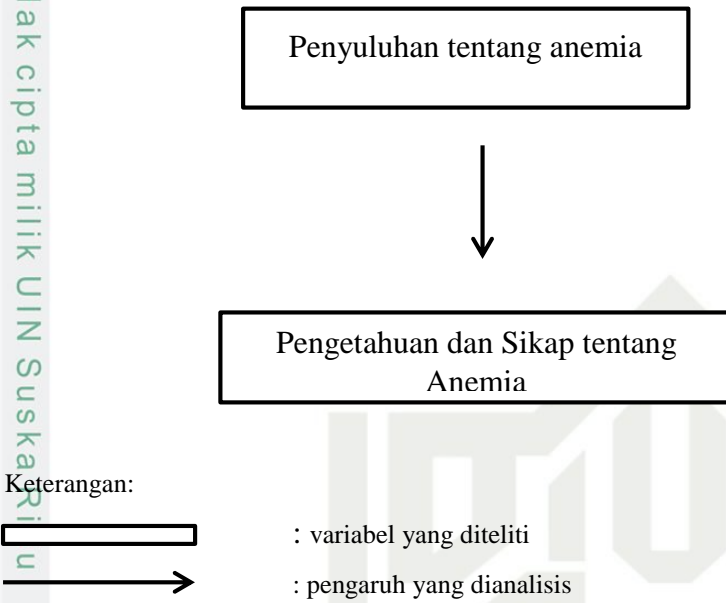
Anemia adalah satu dari berbagai masalah kesehatan yang paling serius di dunia, khususnya bagi wanita di usia produktif. Penurunan dalam kemampuan atau efisiensi dalam bekerja. Ciri utama anemia adalah kadar hemoglobin atau hematokrit yang rendah, yang disebabkan oleh produksi sel darah merah (*eritrosit*) yang tidak mencukupi. Kekurangan zat besi sangat berperan aktif terhadap terjadinya anemia (Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat UI, 2009).

Penyuluhan adalah usaha untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dengan harapan dapat merubah seseorang, kelompok, maupun sosial ke arah perilaku hidup sehat yang dilakukan melalui proses belajar atau pengajaran (Depkes RI, 2002). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu visual dapat meningkatkan pemahaman bagi para penerima. Salah satu alat bantu dalam penyuluhan adalah *Power point*. *Power point* menawarkan fasilitas slide yang dapat digunakan untuk menyajikan poin-poin penting yang akan disampaikan kepada para peserta didik (Sanaky, 2009).

Maka dari itu perlu dilakukannya peningkatan pengetahuan dan sikap tentang anemia melalui proses pendidikan dengan cara penyuluhan menggunakan media pendukung *power point*. Hubungan antar variabel dalam penelitian ini dapat dilihat pada kerangka pemikiran (Gambar 2.1).

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Gambar 2.1. Kerangka Pemikiran

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### III. MATERI DAN METODE

#### 3.1. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMAN 3 Dumai. Waktu penelitian dilaksanakan pada Bulan Mei sampai dengan Juni 2024. Alasan peneliti memilih tempat penelitian tersebut karena berdasarkan hasil observasi melalui wawancara oleh beberapa siswi yang berada di sekolah, siswi belum banyak mengetahui tentang anemia akibat jarangya promosi kesehatan yang dilakukan oleh petugas kesehatan. Di sisi lain, di sekolah tersebut belum pernah dilakukan penelitian serupa yaitu pengaruh penyuluhan tentang anemia terhadap pengetahuan dan sikap siswi.

#### 3.2. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Penyuluhan	Penyuluhan merupakan usaha untuk mendorong perilaku yang memberikan dampak baik bagi pemeliharaan dan peningkatan kesehatan individu, kelompok, atau masyarakat (Siregar, 2021). Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan media pendukung berupa <i>power point</i> yang berisikan informasi tentang anemia kepada siswi.	<i>Power point</i>	-	-
Pengetahuan	Pengetahuan adalah hasil dari pemahaman seseorang tentang suatu objek melalui indra yang dimiliki (Notoatmodjo, 2014). Pengetahuan dalam penelitian ini yaitu pemahaman siswi mengenai anemia yang	Kuesioner ( <i>pretest-posttest</i> )	1. Baik, skor >80% 2. Cukup, skor 60-80% 3. Kurang,	Ordinal



Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
	meliputi definisi anemia, penyebab anemia, gejala anemia, cara pencegahan dan penanggulangan anemia.		skor <60% (Khomsan, 2021)	
Sikap	Sikap adalah respons atau tanggapan yang belum tampak dari seseorang terhadap suatu stimulasi atau objek. (Notoatmodjo, 2014). Sikap dalam penelitian ini yaitu kecenderungan untuk bertindak dalam pencegahan anemia.	Kuesioner ( <i>pretest-posttest</i> )	1. Baik, skor >80% 2. Cukup, skor 60-80% 3. Kurang, skor <60% (Khomsan, 2021)	Ordinal

### 3.3. Metode Pengambilan Sampel

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode pendekatan yang digunakan adalah pra-eksperimen (*pre-experiment design*) dengan rancangan penelitian *one group pre-test post-test*. Populasi ialah total objek yang berada dalam wilayah tertentu dan memenuhi kriteria tertentu berkaitan dengan masalah penelitian (Martono, 2016).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X dan XI yang berjumlah 320 siswi SMA Negeri 3 Dumai tahun 2024. Teknik pengambilan sampel diambil secara *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu (Sugiyono, 2022). Alasan memilih teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sampel memenuhi kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Untuk memastikan agar karakteristik sampel tetap sejalan dengan populasi, penting untuk menetapkan kriteria inklusi sebelum pengambilan sampel dilakukan (Notoatmodjo, 2010). Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu: 1) Seluruh siswi SMA N 3 Dumai kelas X dan XI; 2) Seluruh siswi yang bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani *informed consent*; 3) Seluruh siswi yang belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai anemia menggunakan media pendukung *power point*; 4) Seluruh siswi yang belum pernah mengisi kuesioner terkait pengetahuan dan sikap tentang anemia. Kriteria eksklusi pada

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penelitian ini adalah; 1) Tidak dapat hadir saat dilakukan intervensi; 2) tidak ikut melakukan kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil pemilihan sampel penelitian ini adalah 74 orang. Penentuan sampel pada penelitian ini melalui koordinasi dengan pihak sekolah, yang mana pihak sekolah meminta untuk perwakilan sampel diambil tiap kelas sebanyak 4 atau 5 orang siswi sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 74 orang.

### 3.4. Jenis Data dan Teknik Pengumpulan Data

#### 3.4.1. Jenis Data

Jenis data yang diperoleh dalam penelitian ini terdiri dari data yang bersifat primer dan data yang bersifat sekunder. Data primer diperoleh melalui pengumpulan informasi langsung dari responden menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan, sehingga informasi yang didapatkan mencakup identitas responden. Data sekunder merupakan pengumpulan data yang diperoleh secara tidak langsung oleh peneliti sehingga hanya diperoleh dengan mengumpulkan data awal yaitu data laporan dari sekolah mengenai jumlah siswi kelas X dan XI yang berada di SMA N 3 Dumai.

#### 3.4.2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini ialah dengan menggunakan kuesioner untuk mendapatkan data *informed consent*, identitas responden, serta pengetahuan dan sikap terhadap anemia. Data pengetahuan dan sikap terhadap anemia diperoleh dari pengisian kuesioner *pre-test* dan *post-test* terkait pengetahuan dan sikap siswi terhadap anemia.

### 3.5. Instrumen Penelitian

Alat yang digunakan untuk pengumpulan data adalah kuesioner

#### 1. Kuesioner

Kuesioner dalam penelitian ini terdiri dari kuesioner *informed consent*, kuesioner identitas responden, kuesioner pengetahuan dan sikap terhadap anemia.

##### a. Kuesioner Pengetahuan

Kuesioner terdiri atas *pre-test* dan *post-test* dengan jumlah pertanyaan masing-masing 17 pertanyaan pengetahuan tentang anemia. Indikator

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kuesioner tingkat pengetahuan tentang anemia dapat dilihat pada Tabel 3.2.

Tabel 3.2 indikator Kuesioner Pengetahuan Tentang Anemia

No.	Aspek	No. Item	Jumlah
1.	Pengertian	1, 3	2
2.	Penyebab	2,4,5	3
3.	Gejala	6	1
4.	Dampak	7,8	2
5.	Cara pencegahan dan penanggulangan	9,10,11,12,13,14,15,16,17	9
Jumlah			17

b. Kuesioner Sikap

Kuesioner sikap terdiri atas *pre-test* dan *post-test* sebanyak 13 pertanyaan sikap tentang anemia yang terdiri atas 8 pertanyaan positif dan 5 pertanyaan negatif dengan kategori jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Indikator kuesioner tingkat sikap tentang anemia dapat dilihat pada Tabel 3.3.

Tabel 3.3 Indikator Kuesioner Sikap Tentang Anemia

No.	Aspek	Item Pertanyaan		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kesadaran individu akan bahayanya anemia	1, 6, 7,12	3, 4, 5, 8, 9,	9
2.	Kebiasaan individu terkait makanan bergizi untuk pencegahan anemia	2, 10, 11, 13		4
Jumlah				13

2. Alat tulis

Alat tulis yang digunakan berupa kertas dan pena yang digunakan untuk mencatat informasi yang dianggap penting yang dapat mendukung penelitian.

3. Media *power point*

Media *power point* digunakan untuk mendukung proses intervensi. Media *power point* yang digunakan berisi pengetahuan tentang anemia.

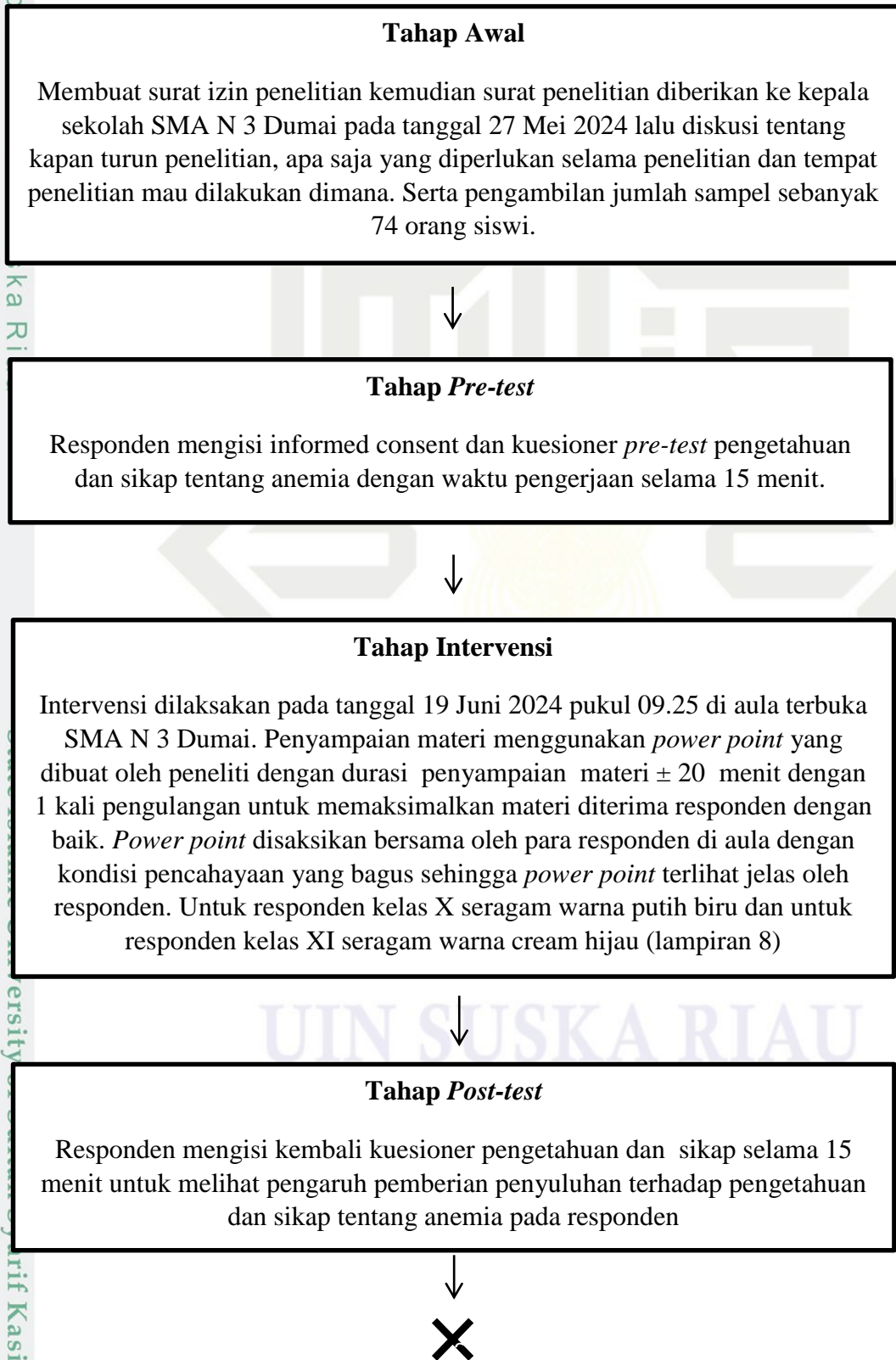
4. Materi penyuluhan

Materi penyuluhan yang diberikan dalam penelitian ini adalah pengertian, penyebab, gejala, cara pencegahan dan penanggulangan anemia yang disajikan pada lampiran 9.



### 3.6. Alur Penelitian

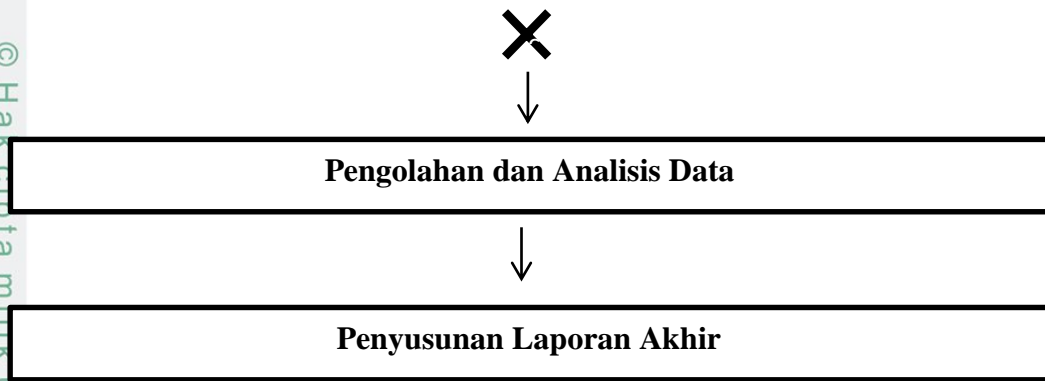
Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 3 Dumai pada siswi. Pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh dari data primer dan data sekunder.



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Gambar 3.1. Bagan Alur Penelitian

### 3.7. Pengolahan dan Analisis Data

#### 3.7.1. Pengolahan Data

Data yang diperoleh dari form kuesioner diolah dan dianalisis dengan menggunakan Microsoft Excel 2010 dan SPSS versi 25. Tahap pengolahan data terdiri dari *Editing*, *Coding*, *Entry*, dan *Cleaning* sebagai berikut.

##### 1. *Editing data*

Data yang telah dikumpulkan melalui kuesioner diperiksa kelengkapannya. Pengeditan dilakukan untuk menghindari adanya pertanyaan yang tidak diisi oleh responden yang dilakukan untuk mengurangi kekurangan dan mengurangi kesalahan pada data mentah.

##### 2. *Coding*

Pengkodean merupakan pemberian identitas data untuk memudahkan dalam proses entry data. Pengodean yang diberikan dalam bentuk huruf atau angka. Pengolahan data pada setiap variabel sebagai berikut:

##### 1. Data Pengetahuan

Tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan dapat dilihat dengan menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Penilaian dilakukan dengan pemberian skor 1 bagi jawaban benar dan skor 0 bagi jawaban salah, kemudian dihitung dalam presentase dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Total tingkat pengetahuan} = \frac{\text{skor jawaban}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tingkat pengetahuan siswi dikelompokkan menurut Khomsan (2021) sebagai berikut:

1. Baik : skor >80%
  2. Cukup : skor 60-80%
  3. Kurang : skor <60%
2. Data sikap

Peningkatan sikap siswa sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Nilai yang di dapat pada pertanyaan positif (+) yaitu sangat setuju = 4, setuju = 3, tidak setuju = 2, sangat tidak setuju = 1. Pada pertanyaan negatif (-) yaitu sangat setuju = 1, setuju = 2, tidak setuju = 3, sangat tidak setuju = 4.

$$\text{Total tingkat pengetahuan} = \frac{\text{skor jawaban}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

Tingkat sikap siswi dikelompokkan menurut Khomsan (2021) sebagai berikut:

1. Baik : skor >80%
2. Cukup : skor 60-80%
3. Kurang : skor <60%

3. Entry

Memasukkan data yang didapatkan melalui kuesioner yang diisi oleh responden ke dalam program atau software untuk analisis data.

4. Cleaning data

Cleaning yang dilakukan untuk mencegah kesalahan yang terjadi pada lembar kerja computer dengan memastikan tidak ada kesalahan dalam entry data.

**3.7.2. Analisis data**

1. Analisis univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menentukan rerata skor dependen (pengetahuan dan sikap terhadap anemia) mengenai anemia. Data dianalisis untuk menguji hipotesis dari sampel yang diberikan intervensi dan melihat rata-rata skor yang didapatkan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap tentang anemia pada siswi di SMA.



2. Analisis bivariat

Sebelum dilakukan uji bivariat dilakukan terlebih dahulu uji normalitas menggunakan uji *kolmogorov smirnof*. Analisis bivariat dalam penelitian ini jika data terdistribusi normal menggunakan uji *paired T-test* yang bertujuan untuk menguji pengaruh penyuluhan tentang anemia terhadap pengetahuan dan sikap siswi di SMA N 3 Dumai tahun 2024. Uji *paired T-test* digunakan untuk mengetahui rata-rata skor sebelum dan sesudah kelompok intervensi dilakukan. Apabila data tidak terdistribusi normal maka uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon* yang bertujuan untuk mengukur signifikan perbedaan data berpasangan.

**3.8. Uji Validitas dan Uji Reabilitas**

**3.8.1. Uji Validitas**

Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner. Uji validitas dilakukan pada kuesioner pengetahuan dan sikap terkait anemia. Suatu kuesioner dikatakan valid ketika pertanyaan dapat menggambarkan sesuatu yang diteliti. Uji validitas dilakukan dengan menguji korelasi antara skor (nilai) tiap pertanyaan dengan skor total kuesioner tersebut.

Uji validitas dilakukan pada 30 orang siswi kelas X dan XI SMA N 3 Dumai yang kriterianya sama dengan objek penelitian dan yang bukan termasuk dari subjek penelitian. Kuesioner dikatakan valid apabila  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dengan signifikansi 5% atau taraf kepercayaan 95%, maka  $r_{tabel}$  adalah 0,361. Uji validitas dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor tiap butir soal dengan skor total yang dinyatakan valid. Hasil uji validitas pengetahuan tentang anemia dapat dilihat pada Tabel 3.4.

Tabel 3.4. Hasil Uji Validitas Pengetahuan Tentang Anemia

Item Pertanyaan Pengetahuan	$r_{hitung}$ ( <i>Corrected Item-Total Correlation</i> )	$r_{tabel}$	Keterangan
Ph.1	0,363	0,361	Valid
Ph.2	0,517	0,361	Valid
Ph.3	0,517	0,361	Valid
Ph.4	0,463	0,361	Valid
Ph.5	0,463	0,361	Valid
Ph.6	0,499	0,361	Valid
Ph.7	0,481	0,361	Valid
Ph.8	0,499	0,361	Valid

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Item Pertanyaan Pengetahuan	$r_{hitung}$ ( <i>Corrected Item-Total Correlation</i> )	$r_{tabel}$	Keterangan
Ph.9	0,499	0,361	Valid
Ph.10	0,499	0,361	Valid
Ph.11	0,247	0,361	Tidak valid
Ph.12	-0,283	0,361	Tidak valid
Ph.13	0,766	0,361	Valid
Ph.14	0,614	0,361	Valid
Ph.15	0,499	0,361	Valid
Ph.16	0,388	0,361	Valid
Ph.17	0,809	0,361	Valid
Ph.18	-0,009	0,361	Tidak valid
Ph.19	0,499	0,361	Valid
Ph.20	0,417	0,361	Valid

Berdasarkan 20 item kuesioner pengetahuan yang telah dilakukan uji validitas menggunakan korelasi person terdapat 17 item kuesioner pengetahuan dinyatakan valid karena nilai korelasi personnya lebih dari 0,361 dan 3 item kuesioner dinyatakan tidak valid karena nilai  $r_{hitung} < r_{tabel}$ . Hasil uji validitas sikap gizi pada kuesioner dapat dilihat pada Tabel 3.5.

Tabel 3.5. Hasil Uji Validitas Sikap Tentang Anemia

Item Pertanyaan Sikap	$r_{hitung}$ ( <i>Corrected Item-Total Correlation</i> )	$r_{tabel}$	Keterangan
Ps.1	0,816	0,361	Valid
Ps.2	0,410	0,361	Valid
Ps.3	0,490	0,361	Valid
Ps.4	0,446	0,361	Valid
Ps.5	0,461	0,361	Valid
Ps.6	0,664	0,361	Valid
Ps.7	0,425	0,361	Valid
Ps.8	0,605	0,361	Valid
Ps.9	0,717	0,361	Valid
Ps.10	0,572	0,361	Valid
Ps.11	0,178	0,361	Tidak valid
Ps.12	0,816	0,361	Valid
Ps.13	0,385	0,361	Valid
Ps.14	0,398	0,361	Valid
Ps.15	-1,114	0,361	Tidak valid

Berdasarkan 15 item kuesioner sikap pencegahan anemia yang telah dilakukan uji validitas menggunakan korelasi person, didapatkan 13 item kuesioner dinyatakan valid karena nilai korelasi personnya lebih dari 0,361 dan 2 kuesioner dinyatakan tidak valid karena nilai  $r_{hitung} < r_{tabel}$ .

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 3.8.2. Uji Realibilitas

Realibilitas merupakan konsistensi dalam suatu hasil pengukuran. Realibilitas terkait dengan keterpercayaan alat ukur untuk melihat seberapa jauh suatu alat ukur dalam menghasilkan hasil yang konsisten hampir sama ketika diterapkan diwaktu yang berbeda. Uji realibilitas dalam penelitian ini dilakukan pada kuesioner pengetahuan dan sikap anemia pada siswi menggunakan rumus koefisien *cronbach alpha*. Koefisien alpha ini berkisar antara 0 sampai 1. Suatu variabel dapat dikatakan reliabel jika memiliki nilai *cronbach alpha* > 0,6 dengan bantuan software. Hasil uji reliabilitas pengetahuan dan sikap gizi dapat dilihat pada Tabel 3.6.

Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Pengetahuan dan Sikap Anemia

Variabel	R - Hitung	Cronbach Alpha	Keterangan
X	0,78	0,6	Reliabel
Y	0,73	0,6	Reliabel

Berdasarkan Tabel 3.6 item pertanyaan pengetahuan gizi dan sikap gizi yang dinyatakan valid dilakukan uji reliabilitas. Hasil uji reliabilitas instrumen pengetahuan gizi memiliki nilai *cronbach alpha* sebesar 0,78 > 0,6 maka instrumen tersebut dinyatakan reliabel. Pada hasil uji reliabilitas instrumen sikap gizi memiliki nilai *cronbach alpha* sebesar 0,73 > 0,6 maka instrumen tersebut dinyatakan reliabel.

## V. PENUTUP

### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswi di SMA N 3 Dumai” maka dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan tentang anemia mayoritas siswi memiliki pengetahuan gizi kurang sebanyak 44 siswi (59,64%) dan setelah diberikan penyuluhan mayoritas siswi memiliki pengetahuan gizi baik sebanyak 55 siswi (74,32%). Pada tingkat sikap sebelum diberikan penyuluhan tentang anemia mayoritas siswi memiliki sikap gizi kurang sebanyak 13 siswi (17,57%) dan setelah diberikan penyuluhan mayoritas siswi memiliki sikap gizi baik sebanyak 60 (81,08%). Hasil penelitian ini terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan siswi setelah diberikan penyuluhan tentang anemia dan peningkatan rata-rata sikap siswi setelah diberikan penyuluhan tentang anemia, sehingga menunjukkan terdapat pengaruh pemberian penyuluhan tentang anemia terhadap pengetahuan dan sikap siswi di SMA Negeri 3 Dumai ( $p\text{-value} < 0,05$ ).

### 5.2. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka peneliti berharap kepada pihak sekolah bersama tenaga kesehatan rutin melakukan pemberian penyuluhan kepada seluruh remaja sehingga bisa meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang anemia. Penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan lagi dengan menambah variabel lain seperti variabel perilaku pencegahan anemia. Hasil penelitian diharapkan menjadi referensi pada perpustakaan dan menjadi masukan bagi yang membacanya.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ade. 2020. Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Perilaku Ibu dalam Pemberian MP-ASI. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 1(1): 38-46. DOI : <https://doi.org/10.57084/jigzi.v1i1.325>.
- Ahdiah, A., F. Heriyani., dan Istiana. 2018. Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin. *Homeostasis*, 1(1): 9-14. DOI : <https://doi.org/10.20527/ht.v1i1.460>.
- Ahjuri, K. F. 2019. *Psikologi Perkembangan (Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)*. Penebar Media Pustaka. Yogyakarta. 164 hal.
- Anggoro, S. 2020. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Siswi SMA. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(3): 341-351.
- Asda, P., dan N. Sekarwati. 2023. Pendidikan dan Promosi Kesehatan. CV Dewa Publishing. Jawa Timur. 75 hal
- Azwar, S. 2011. *Sikap dan Perilaku dalam: Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta. 172 hal.
- Budiman., dan A. Riyanto. 2013. *Kapita Selekta Kuesioner: Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Salemba Medika. Jakarta. 224 hal.
- Budiwanto, S. 2017. *Metodologi Penelitian dalam Keolahragaan*. UM Penerbit dan Percetakan. Malang. 679 hal.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Universitas Indonesia. 2009. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Rajawali Press. Jakarta. 342 hal.
- Departemen Kesehatan RI. 2002. *Program Gizi Makro*. Depkes RI. Jakarta. 96 hal.
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. 2017. *Profil Kesehatan*. <https://dinkes.riau.go.id/sites/default/files/202012/profil%20Kesehatan%20Provinsi%20Riau%20Tahun%202017.pdf>. Diakses Tanggal 28 September 2023.
- Hadzrina. 2018. Pengaruh Pemberian Pendidikan Gizi Menggunakan Booklet dan Power Point Terhadap Pengetahuan dan Sikap Mengenai Gizi Seimbang Pada Siswa SMA. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Bandung.
- Hardinsyah., dan I. D. N. Supariasa. 2016. *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta. 645 hal.
- Hatma, Z. 2014. Persepsi Tentang Anemia Gizi Pada Remaja Putri Penderita Anemia di SMA N 10 Makasar. *Jurnal Program Studi Kesehatan Kota Makasar*, 1(1): 1-9.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Hernawati. Y. 2022. Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Tablet Besi di Klinik Bumi Sehat Bahagia Kota Bandung, 2020. *Jurnal Masada Indonesia*. 16(1); 142-151. DOI : <https://doi.org/10.38037/jsm.v16i1.275>.
- Havina., dan W. Kusumaningati. 2022. Pengaruh Edukasi Pembacaan Label Informasi Nilai Gizi dengan Media Slide *Power Point* Terhadap Pengetahuan Siswa SMA Kota Depok. *Journal of Nutrition and Food Science*, 3(1): 27-35. DOI : 10.24853/mjnf.3.1.27-35.
- Iyong, E.V., B. H. R Kairupan., dan S. Engkeng. 2020. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Pada Peserta Didik di SMP Negeri 1 Nuansa Kabupaten Talaud. *Jurnal KESMAS*, 9(7): 59-66.
- Johan, H. 2023. *Buku Ajar Promosi Kesehatan Untuk Mahasiswa Kesehatan*. PT. Pena Persada Kerta Utama. Jawa Tengah. 73 hal.
- Kartini, T., Manjilala., dan S. E. Yuniawati. 2019. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan dan Praktik Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Media Gizi Pangan*. 26(2): 201-208. DOI : <https://doi.org/10.32382/mgp.v26i2.1231>.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. 92 hal.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. *Remaja Sehat Komponen Utama Pembangunan SDM Indonesia*. <https://www.kemkes.go.id/article/print/21012600002/remaja-sehatkomponen-utama-pembangunan-sdm-indonesia.html>. Diakses Tanggal 29 September.
- Kentut. 2010. *Pembuatan Media Presentasi*. Kementerian Pendidikan Nasional. Jakarta. 30 hal.
- Khomsan, A. 2021. *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. IPB Press. Bogor. 34 hal.
- Komariah, M., dan T. Eriyanti. 2023. Edukasi Remaja Mengenai Gizi dan PHBS Sebagai Upaya Pengenalan dan Pencegahan Dini Stunting di SMA Darul Falah Cihampelas Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(5): 1905-1915. DOI : <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i5.9501>.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Kustiani, A., dan A. P. Misa. 2018. Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Pemberian MP-ASI Anak Usia 6-24 Bulan Pada Intervensi Penyuluhan Gizi di Lubuk Buaya Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 5(1): 51-57. DOI : <https://doi.org/10.33653/jkp.v5i1.94>.
- Martono, N. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Rajawali Pers. Jakarta. 338 hal.
- Masthalina, H. 2015. Pola Konsumsi (Faktor *Inhibitor* dan *Enhancer* Fe) Terhadap Status Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1): 80 - 86. DOI : <https://doi.org/10.15294/kemas.v11i1.3516>.
- Maulana, H. D. J. 2009. *Promosi Kesehatan*. EGC. Jakarta. 271 hal.
- Notoadmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta. 126 hal.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta. 243 hal.
- Notoatmodjo, S. 2014. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta. Jakarta. 248 hal.
- Nuraisya, W., E. Luqmanasari., dan A. Setyowati. 2019. *Efektifitas Pemberian TTD Melalui Program Gelang MIA Terhadap Tingkat Anemia Remaja*. Media Nusa Creativ. Malang. 52 hal.
- Nurbadriyah, W. D. 2019. *Anemia Defisiensi Besi*. CV Budi Utama. Yogyakarta. 52 hal.
- Nurmadinisa, R., P. Wulandari., dan A. J. Hidayah. 2023. Pengaruh Edukasi Pencegahan Anemia Menggunakan Media Power Point Terhadap Pengetahuan dan Sikap Saat Menstruasi Pada Siswi SMK Medika. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 5(2): 169-177. DOI : <https://doi.org/10.47522/jmk.v5i2.198>.
- Nuryanto., A. Pramono., N. Puruhita., dan S. F. Muis. 2014. Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*, 3(1): 32-36. DOI : <https://doi.org/10.14710/jgi.3.1.121-125>.
- Proverawati, A. 2011. *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Nuha Medika. Yogyakarta. 144 hal.
- Rachmawati, M., dan C. A. N. Afifah. Pengaruh Pemberian Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Hidup Sehat Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Sidoarjo. *Ejurnal Boga*, 3(3): 31-35.
- Rachmawati, W. C. 2019. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Wineka Media. Malang. 49 hal.


**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Ramadaniati, S. N., dan U. W. Somantri. 2022. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Covid-19 Pada Siswa SMK Budi Utama Panimbang Pandegelang. *Journal of Health Promotion*, 5(2): 189-193. DOI : <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i2.3043>.
- Ramadhani, S. N., S. A. Adi., dan W. Gayatri. 2020. Efektifitas Penyuluhan Berbasis *Power Point* Terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Tentang Pencegahan Cacingan Pada Siswa Kelas V dan VI SDN 01 Kromengan Kabupaten Malang. *Indonesia Journal of Public Health*, 5(1): 8-16. DOI : <http://dx.doi.org/10.17977/um044v5i1p8-16>.
- Rochmah, E. Y. 2014. *Psikologi Perkembangan (Sepanjang Rentang Hidup)*. Stain Ponorogo Press. Ponorogo. 227 hal.
- Sanaky, H. 2009. *Media Pembelajaran*. Safiria Insania Press. Yogyakarta . 226 hal.
- Sari, D., A. D. Abdullah., D. Rahmayani., M. H. Mubarak., dan Irfan. 2023. Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Siswi di MTS DDI Lapeo Tentang Anemia di Kecamatan Campalagian Kabupaten Polewali Mandar. *Journal Nutrition Science and Health Research*, 2(1): 9-13. DOI : <https://doi.org/10.31605/nutrition>.
- Siregar, S. 2021. *Pendidikan dan Promosi Kesehatan*. UIM Press. Medan. 128 hal.
- Soebroto, I. 2020. *Cara Mudah Mengatasi Problem Anemia*. Desa Pustaka Jawa Tengah. Jawa Tengah. 112 hal.
- Sugiyono. 2022. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. Bandung. 334 hal.
- Thahir, A. 2018. *Psikologi Perkembangan*. Aura Publishing. Lampung. 259 hal.
- Utami, A., A. Margawati., D. Pramono., dan D.R. Wulandari. 2021. *Anemia Pada Remaja Putri*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Semarang. 48 hal.
- WHO (World Health Organization). 2011. *Adolcent Nutrition-A Review of The Situation Selected South-East Asian Countries 2011*. 163/2n/. Diakses Tanggal 2 januari 2024.



Lampiran 1. Surat Izin Riset

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN

كلية علوم الزراعة والحيوان

FACULTY OF AGRICULTURE AND ANIMAL SCIENCE

Jl. H.R. Soebrandt Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po Box.1400  
Telp. (0761) 562051 Fax. (0761) 262051,562052 Website : <https://fpp.uin-suska.ac.id>

Nomor : B.2565/F.VIII/PP.00.9/05/2024  
Sifat : Penting  
Hal : Izin Riset

15 Mei 2024 M  
07 Dzulkaidah 1445 H

Kepada Yth:  
Kepala SMAN 3 Dumai  
di  
Dumai

*Assalamu'alaikum Wr.Wb,*

Bersama ini disampaikan kepada Saudara bahwa, Mahasiswa yang namanya di bawah ini :

Nama : Nindi Hariyani Manurung  
NIM : 12080323762  
Prodi : Gizi  
Fakultas : Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Akan melakukan penelitian, dalam rangka penulisan Skripsi Tingkat Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul: "Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Anemia terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di SMA N 3 Dumai

Kepada saudara agar berkenan memberikan izin serta rekomendasi untuk melakukan penelitian Pengambilan data yang berkaitan dengan penelitian yang dimaksud.

Demikian disampaikan, atas kerjasamanya, diucapkan terima kasih.



*Assalamu'alaikum Wr.Wb*

Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr. Sc  
NIR 0710706 200701 1 031



## Lampiran 2. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 3 DUMAI**

Alamat : Jl. Arif Rahman Hakim Kode Pos : 28882  
 E-mail : [mantri\\_dumai@yahoo.co.id](mailto:mantri_dumai@yahoo.co.id) Telp/fax : 0765 – 4300024  
 NPSN : 10405038 NIS : 300030 NSS : 301090611010  
 Akreditasi : A



### SURAT KETERANGAN

Nomor : 400.3.12.1/SMAN3-Dmi/2024/285

Yang bertanda tangan di bawah ini kepala SMA Negeri 3 Dumai, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : NINDY HARIYANI MANURUNG  
 Nim : 12080323762  
 Fakultas/Jurusan : Pertanian dan Peternakan / Gizi  
 Mahasiswa : UIN SUSKA Riau

Yang tersebut diatas benar telah melakukan penelitian guna penyusunan skripsi mulai tanggal 19 Juni 2024 dengan judul " Pengaruh Penyuluhan Tentang Anamia Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Di SMA Negeri 3 Dumai ".

Demikianlah Surat Keterangan ini kami buat dengan sebenar-benarnya, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dumai, 21 Juni 2024

Kepala Sekolah  
  
 DTS EQL PRAYITNO  
 Pembina Utama Muda IV.c  
 19681005199512 1 002

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Lampiran 3. Surat Keterangan Layak Etik

Hak Cipta

© Ha



YAYASAN PENDIDIKAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU  
**INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

PROGRAM STUDI : • PROFESI NERS • PENDIDIKAN PROFESI BIDAN • S1 ILMU KEPERAWATAN  
 • S1 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT • S1 KEBIDANAN • S1 INFORMATIKA KESEHATAN  
 • D.III KEPERAWATAN • D.III KEBIDANAN

Jl. Tamtama No. 6 Labuh Baru - Pekanbaru, Riau Telp. (0761) 885214 Fax. (0761) 859162  
 Website : www.payungnegeri.ac.id | Email: info@payungnegeri.ac.id

**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
 DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION  
 "ETHICAL EXEMPTION"

No.270/IKES PN/KEPK/VIII/2024

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

**Peneliti utama** : Nindy Hariyani Manurung  
 Principal In Investigator

**Nama Institusi** : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif  
 Kasim Riau  
 Name of the Institution

Dengan judul:  
 Title

**"Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Di SMA Negeri 3 Dumai"**

*"The Influence Of Counseling About Anemia On The Knowledge And Attitudes Of Adolescent Women At SMA Negeri 3 Dumai"*

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 Consent, 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 11 Agustus 2024 sampai dengan tanggal 11 Agustus 2025.

*This declaration of ethics applies during the period August 11, 2024 until August 11, 2025.*



August 11, 2024  
 Professor and Chairperson,



Dr. Ezalina, Skep, Ns, Mkes

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Lampiran 4. Lembar Permohonan Menjadi Responden

### PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth;

#### Calon Responden

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nindy Hariyani Manurung

NIM : 12080323762

Program Studi : Gizi

Alamat : Jl. Elang Sakti, Kost Adibah

No. HP/Tlp : 082383923115

Bermaksud mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswi di SMA N 3 Dumai “

Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan pada saudara/i sebagai responden, kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Apabila saudara/i menyetujui, maka dengan ini saya mohon kesediaan untuk menandatangani lembaran persetujuan yang saya berikan.

Atas perhatian saudara sebagai responden saya ucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 19 Juni 2024

(Nindy Hariyani Manurung)



**Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian**

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

- Nama : \_\_\_\_\_
- Umur : \_\_\_\_\_
- Alamat : \_\_\_\_\_
- No. Hp : \_\_\_\_\_

Menyatakan bersedia sebagai responden dengan sesungguhnya bahwa setelah memperoleh informasi baik secara lisan dan tulisan mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Nindy Hariyani Manurung dan informasi tersebut telah saya pahami dengan baik mengenai manfaat, tindakan yang akan dilakukan, keuntungan dan kemungkinan ketidaknyamanan yang mungkin akan dijumpai, maka saya setuju untuk mengikuti penelitian tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadaran tanpa keterpaksaan dari pihak manapun.

Dumai, 2024  
Yang menyatakan,

(Nama Responden)

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





**Lampiran 6. Kuesioner Penelitian**

**KUESIONER PENELITIAN**

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG ANEMIA TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWI DI SMA N 3 DUMAI**

**A. Identitas Responden**

No. Responden : \_\_\_\_\_  
 Nama : \_\_\_\_\_  
 Umur : \_\_\_\_\_  
 Jenis Kelamin : Pr  
 Kelas : \_\_\_\_\_

**B. Pengetahuan**

Berilah tanda (√) pada salah satu kolom sebagai jawabanmu

No	Pertanyaan	Benar	Salah
1	Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar Hb dalam darah rendah dari normal.		
2	Anemia terjadi karena defisiensi zat besi		
3	Jumlah Hb penderita anemia adalah lebih dari 12g/100 ml		
4	Menstruasi yang berlebihan dapat menyebabkan anemia		
5	Rendahnya asupan zat besi tidak mempengaruhi jumlah sel darah merah		
6	Lemah, letih, mudah lelah merupakan gejala anemia		
7	Berkurangnya daya fikir dan menurunnya kebugaran tubuh bukan dampak dari anemia		
8	Dampak anemia pada remaja putri akan terbawa hingga menjadi ibu hamil		
9	Meningkatkan asupan makanan dan sumber zat besi merupakan upaya pencegahan anemia		
10	Mengonsumsi sayur tidak menambah sel darah merah		
11	Vitamin C merupakan vitamin yang membantu penyerapan zat besi		
12	Penyerapan zat besi dapat dihambat oleh zat lain seperti tanin		
13	Jeruk dan jambu merupakan buah yang mengandung vitamin C untuk penyerapan zat besi		
14	Fosfor, serat, kalsium dan asam fitat merupakan zat yang dapat membantu penyerapan zat besi.		

Hak Cipta Dimindungi Undang-Undang  
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengidentifikasi sumber.  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



15	Fortifikasi bahan makanan yang mengandung zat besi dapat membantu meningkatkan sel darah merah		
16	Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi		
17	Meningkatkan kadar hemoglobin dengan mengonsumsi TTD adalah cara yang salah		

**C. Sikap**

Berilah tanda (√) pada salah satu kolom sebagai jawabanmu.

Keterangan :

SS : sangat setuju

S : setuju

TS : Tidak setuju

STS : Sangat tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya perlu waspada terhadap anemia				
2	Saya senang mengonsumsi makanan bergizi				
3	Menurut saya pemeriksaan laboratorium darah hanya boleh dilakukan oleh penderita anemia saja				
4	Jika saya mengalami gejala anemia, saya akan memilih diam dan menunggu sampai sembuh dengan sendirinya				
5	Menurut saya informasi tentang anemia tidak terlalu penting bagi remaja				
6	Menurut saya anemia perlu di cegah sejak dini				
7	Menurut saya anemia adalah masalah kesehatan yang serius				
8	Bagi saya, anemia tidak berpengaruh pada semangat belajar				
9	Menurut saya anemia tidak berdampak jangka panjang, sehingga tidak perlu di tangani lebih serius				
10	Saya senang mengonsumsi sayuran hijau dan buah-buahan untuk mencegah anemia				
11	Saya perlu mencukupi kebutuhan jumlah zat besi untuk mencegah anemia				

1. Dilarang menyalin atau menjiplak sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan dan menyebutkan sumber.  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

12	Apabila terjadi perdarahan yang banyak maka saya harus ke fasilitas kesehatan				
13	Menurut saya sebaiknya seseorang mengonsumsi tablet tambah darah untuk mencegah anemia				

1. Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

12 Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



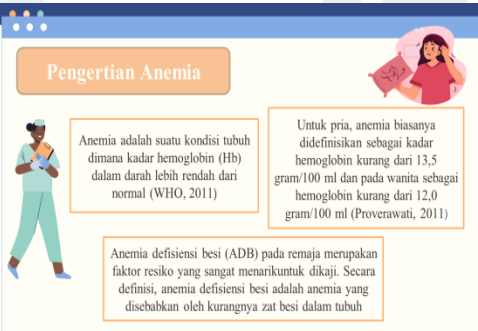
UIN SUSKA RIAU

## Lampiran 7. Power Point Materi Anemia

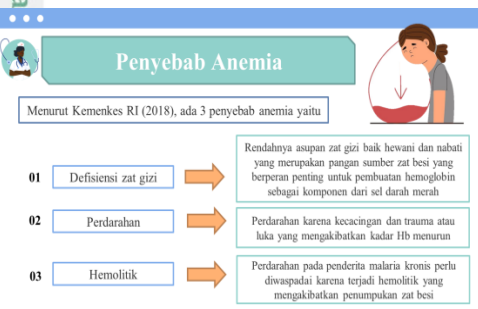
Hak Cipta



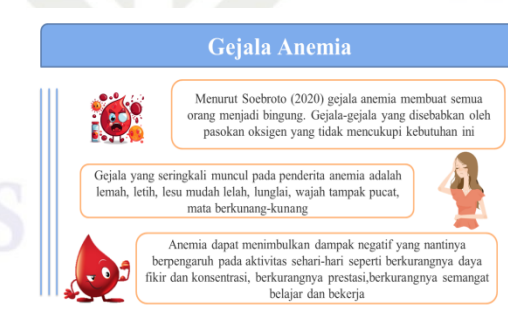
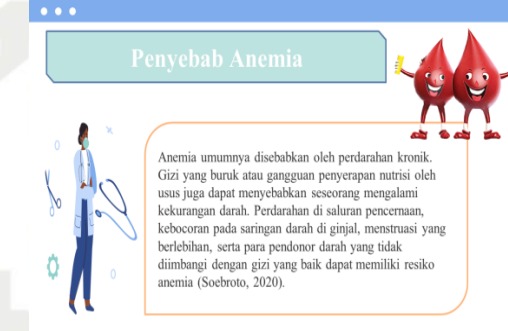
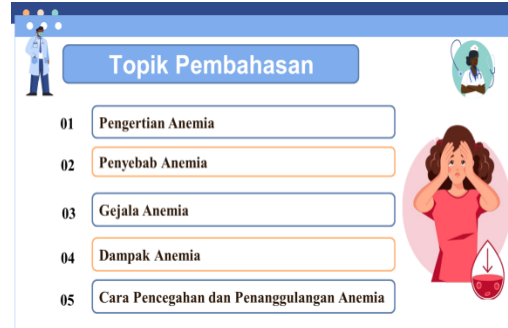
ska Riau



State Isla



Sultan Syarif Kasim Riau



1. Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
  - a. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
  - b. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
2. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
3. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**


1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Dampak Anemia

Menurut Kemenkes RI (2018)

Anemia dapat menyebabkan berbagai dampak buruk pada remaja putri dan WUS diantaranya adalah menurunkan daya tahan tubuh sehingga penderita anemia mudah terkena penyakit infeksi,

Dampak anemia pada remaja putri dan WUS akan terbawa hingga dia menjadi Ibu hamil anemia yang dapat mengakibatkan meningkatkan resiko pertumbuhan janin terhambat (PJT), prematur, BBLR, dan gangguan tumbuh kembang anak diantaranya stunting dan gangguan neurokognitif



### Cara Pencegahan & Penanggulangan Anemia



Menurut Kemenkes RI (2018)

#### 01 Meningkatkan sumber makanan zat besi

Meningkatkan asupan makanan sumber zat besi dengan pola makan bergizi seimbang, yang terdiri dari aneka ragam makanan, terutama sumber pangan hewani yang kaya zat besi (besi heme) dalam jumlah yang cukup sesuai dengan AKG

Makanan yang kaya sumber zat besi dari hewani contohnya hati, ikan, daging dan unggas, sedangkan untuk meningkatkan penyerapan zat besi dari sumber nabati perlu mengonsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C, seperti jeruk, jambu

Penyerapan zat besi dapat dihambat oleh zat lain, seperti tannin, fosfor, serat, kalsium, dan fitrat

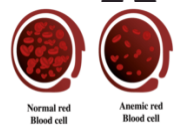



### Cara Pencegahan & Penanggulangan Anemia


Menurut Kemenkes RI (2018)

#### 02 Fortifikasi bahan makanan dengan zat besi

Fortifikasi bahan makanan yaitu menambahkan satu atau lebih zat gizi kedalam pangan untuk meningkatkan nilai gizi pada pangan tersebut. Penambahan zat gizi dilakukan pada industri pangan, untuk itu disarankan membaca label kemasan untuk mengetahui apakah bahan makanan tersebut sudah difortifikasi dengan zat besi.




Normal red Blood cell      Anemic red Blood cell




### Cara Pencegahan & Penanggulangan Anemia

Menurut Kemenkes RI (2018)

#### 03 Suplementasi zat besi



Suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh.



## Lampiran 8. Dokumentasi Kegiatan Penelitian

Hak

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Menjelaskan ketentuan dalam Mengisi kuesioner



membagikan kuesioner *pre-test*



Pengisian kuesioner *pre-test*

Rif Asim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Menjelaskan penyuluhan dengan media *power point*



Melakukan pengisian kuesioner *post-test*

## Lampiran 9. Materi Penyuluhan

### 1. Pengertian Anemia

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal (WHO, 2011). Hemoglobin adalah salah satu komponen dalam sel darah merah / eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh untuk melakukan fungsinya. Kekurangan oksigen dalam jaringan otak dan otot akan menyebabkan gejala antara lain kurangnya konsentrasi dan kurang bugar dalam melakukan aktivitas. Hemoglobin dibentuk dari gabungan protein dan zat besi dan membentuk sel darah merah/eritrosit. Anemia merupakan suatu gejala yang harus dicari penyebabnya dan penanggulangannya dilakukan sesuai dengan penyebabnya (Kemenkes RI, 2018).

Anemia defisiensi besi (ADB) pada remaja merupakan faktor resiko yang sangat menarik untuk dikaji. Secara definisi, anemia defisiensi besi adalah anemia yang disebabkan oleh kurangnya zat besi dalam tubuh sehingga kebutuhan besi untuk eritropoesis tidak cukup yang ditandai dengan gambaran sel darah merah yang hipokrom mikrositik, kadar besi serum dan saturasi (jenuh) transferin menurun, mampu ikat besi total meninggi dan cadangan besi dalam sumsum tulang dan tempat lain sangat kurang atau tidak ada sama sekali (Nuraisyah, dkk, 2019).

### 2. Penyebab Anemia

Anemia terjadi karena berbagai sebab, seperti defisiensi besi, defisiensi asam folat, vitamin B12 dan protein. Secara langsung anemia terutama disebabkan karena produksi/kualitas sel darah merah yang kurang dan kehilangan darah baik secara akut atau menahun (Kemenkes RI, 2018).

Anemia umumnya disebabkan oleh perdarahan kronik. Gizi yang buruk atau gangguan penyerapan nutrisi oleh usus juga dapat menyebabkan seseorang mengalami kekurangan darah. Perdarahan di saluran pencernaan, kebocoran pada saringan darah di ginjal, menstruasi yang berlebihan, serta para pendonor darah yang tidak diimbangi dengan gizi yang baik dapat memiliki resiko anemia (Soebroto, 2020)

Menurut Kemenkes RI (2018), ada 3 penyebab anemia yaitu:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak cipta dilindungi undang-undang  
Sate I, Iamie University of Sate I, Sari Kasim Riau



### 1. Defisiensi zat gizi

Rendahnya asupan zat gizi baik hewani dan nabati yang merupakan pangan sumber zat besi yang berperan penting untuk pembuatan hemoglobin sebagai komponen dari sel darah merah/eritrosit. Zat gizi lain yang berperan penting dalam pembuatan hemoglobin antara lain asam folat dan vitamin B12. Pada penderita penyakit infeksi kronis seperti TBC, HIV/AIDS, dan keganasan seringkali disertai anemia, karena kekurangan zat gizi atau akibat dari infeksi itu sendiri.

### 2. Perdarahan

Perdarahan karena kecacingan dan trauma atau luka yang mengakibatkan kadar Hb menurun. Perdarahan karena menstruasi yang lama dan berlebihan.

### 3. Hemolitik

Perdarahan pada penderita malaria kronis perlu diwaspadai karena terjadi hemolitik yang mengakibatkan penumpukan zat besi (hemosiderosis) di organ tubuh, seperti hati dan limfa. Pada penderita thalassemia, kelainan darah terjadi secara genetik yang menyebabkan anemia karena sel darah merah/eritrosit cepat pecah, sehingga mengakibatkan akumulasi zat besi dalam tubuh.

## 3. Gejala Anemia

Menurut Soebroto (2020) gejala anemia membuat semua orang menjadi bingung. Gejala-gejala yang disebabkan oleh pasokan oksigen yang tidak mencukupi kebutuhan ini bervariasi. Anemia bisa menyebabkan kelelahan, kelemahan, kurang tenaga, dan kepala terasa melayang. Jika anemia bertambah berat, bisa menyebabkan stroke atau serangan jantung.

Gejala yang seringkali muncul pada penderita anemia adalah lemah, letih, lesu mudah lelah, lunglai, wajah tampak pucat, mata berkunang-kunang, nafsu makan berkurang, sulit berkonsentrasi, mudah lupa dan sering sakit. Anemia dapat menimbulkan dampak negatif yang nantinya berpengaruh pada aktivitas sehari-hari seperti berkurangnya daya pikir dan konsentrasi, berkurangnya prestasi, berkurangnya semangat belajar dan bekerja, menurunnya produktivitas kerja, menurunnya kebugaran tubuh dan mudah terserang penyakit.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### 4. Dampak Anemia

Menurut Kemenkes RI (2018) Anemia dapat menyebabkan berbagai dampak buruk pada remaja putri dan WUS diantaranya adalah menurunkan daya tahan tubuh sehingga penderita anemia mudah terkena penyakit infeksi, menurunnya kebugaran dan ketangkasan berfikir karena kurangnya oksigen ke sel otot dan otak dan menurunnya prestasi belajar dan produktivitas kerja/kinerja. Dampak anemia pada remaja putri dan WUS akan terbawa hingga dia menjadi Ibu hamil anemia yang dapat mengakibatkan meningkatkan resiko pertumbuhan janin terhambat (PJT), prematur, BBLR, dan gangguan tumbuh kembang anak diantaranya stunting dan gangguan neurokognitif, perdarahan sebelum dan saat melahirkan yang dapat mengancam keselamatan Ibu dan bayinya, bayi lahir dengan cadangan zat besi (Fe) yang rendah akan berlanjut menderita anemia pada bayi dan usia dini, juga meningkatnya resiko kesakitan dan kematian bayi.

#### 5. Cara Pencegahan dan Penanggulangan Anemia

Menurut Kemenkes RI (2018) upaya pencegahan dan penanggulangan anemia dilakukan dengan memberikan asupan zat besi yang cukup ke dalam tubuh untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin. Upaya yang dapat dilakukan adalah:

##### 1. Meningkatkan asupan makanan sumber zat besi

Meningkatkan asupan makanan sumber zat besi dengan pola makan bergizi seimbang, yang terdiri dari aneka ragam makanan, terutama sumber pangan hewani yang kaya zat besi (besi heme) dalam jumlah yang cukup sesuai dengan AKG. Selain itu juga perlu meningkatkan sumber pangan nabati yang kaya zat besi (besi non-heme), walaupun penyerapannya lebih rendah dibanding dengan hewani. Makanan yang kaya sumber zat besi dari hewani contohnya hati, ikan, daging dan unggas, sedangkan untuk meningkatkan penyerapan zat besi dari sumber nabati perlu mengonsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C, seperti jeruk, jambu. Penyerapan zat besi dapat dihambat oleh zat lain, seperti tanin, fosfor, serat, kalsium, dan fitrat.

##### 2. Fortifikasi bahan makanan dengan zat besi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Fortifikasi bahan makanan yaitu menambahkan satu atau lebih zat gizi ke dalam pangan untuk meningkatkan nilai gizi pada pangan tersebut. Penambahan zat gizi dilakukan pada industri pangan, untuk itu disarankan membaca label kemasan untuk mengetahui apakah bahan makanan tersebut sudah difortifikasi dengan zat besi.

### 3. Suplementasi zat besi

Pada keadaan dimana zat besi dari makanan tidak mencukupi kebutuhan terhadap zat besi, perlu didapat dari suplementasi zat besi. Pemberian suplementasi zat besi secara rutin selama jangka waktu tertentu bertujuan untuk meningkatkan kadar hemoglobin secara cepat, dan perlu dilanjutkan untuk meningkatkan simpanan zat besi didalam tubuh.

Suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi, Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Lampiran 10. Hasil Uji Statistik

### 1. Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pre pengetahuan	.123	74	.007	.971	74	.089
post pengetahuan	.207	74	.000	.931	74	.001
pre sikap	.131	74	.003	.958	74	.015
post sikap	.118	74	.013	.956	74	.012

a. Lilliefors Significance Correction

### 2. Uji Wilcoxon

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
post pengetahuan - pre pengetahuan	Negative Ranks	4 <sup>a</sup>	9.50	38.00
	Positive Ranks	68 <sup>b</sup>	38.09	2590.00
	Ties	2 <sup>c</sup>		
	Total	74		
post sikap - pre sikap	Negative Ranks	7 <sup>d</sup>	8.93	62.50
	Positive Ranks	67 <sup>e</sup>	40.49	2712.50
	Ties	0 <sup>f</sup>		
	Total	74		
a. post pengetahuan < pre pengetahuan				
b. post pengetahuan > pre pengetahuan				
c. post pengetahuan = pre pengetahuan				
d. post sikap < pre sikap				
e. post sikap > pre sikap				
f. post sikap = pre sikap				

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Test Statistics <sup>a</sup>		
	post pengetahuan - pre pengetahuan	post sikap - pre sikap
Z	-7.168 <sup>b</sup>	-7.142 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000	.000
a. Wilcoxon Signed Ranks Test		
b. Based on negative ranks.		

3. Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.786	17

Hasil uji reliabilitas pengetahuan

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.730	13

Hasil Uji Realibilitas Sikap

4. Hasil Uji Statistik

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
pretest pengetahuan	74	17.65	94.12	58.7438	16.87780
posttest pengetahuan	74	64.71	100.00	82.9895	7.12715
pretest sikap	74	48.08	94.23	72.2974	11.33413
posttest sikap	74	75.00	96.15	85.2651	5.70486
Valid N (listwise)	74				

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  - Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.