

Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Instagram terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Anemia pada Remaja Putri

Nabila Anggun Pramudyta^{1*}, Maya Safitri², Pramesti Dewi³
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia^{1,2,3}
E-mail: nabilapram29@gmail.com

Abstract

Anemia is a worldwide health issue, and Indonesia is no exception. The understanding of adolescents about anemia can be improved through health education. Instagram is an appropriate social media platform to disseminate health information. This research aims to determine the effect of health education through Instagram on the knowledge and attitude of anemia prevention among female adolescents at SMK N 1 Bojongsari. This research applied a pre-experimental design involving one group with pretest and posttest. The population included in this research were 213 female adolescents from class X at SMK N 1 Bojongsari, Purbalingga in the 2023/2024 academic year who experienced from anemia and had an Instagram account. The students were selected using total sampling technique. Knowledge and attitude questionnaire concerning the prevention of anemia was implemented in this study. After filling out the pretest questionnaire, respondents received health education for one week. After that, a posttest questionnaire was filled out. The results revealed that the majority of respondents had good knowledge at pretest, with 116 respondents (56.3%), and this number increased to 145 respondents (70.4%) at posttest. Respondents' attitudes were mostly positive at pretest, with 169 respondents (82%), and increased to 191 respondents (92.7%) at posttest. Wilcoxon statistical test results showed a p-value of 0.001, indicating that health education through Instagram has an effect on the knowledge and attitudes of female adolescents at SMK N 1 Bojongsari regarding anemia prevention. Therefore, it is recommended to implement health education through social media to improve the knowledge and attitudes in order to prevent anaemia.

Keywords: anemia prevention, attitude, health education, instagram, knowledge

Abstrak

Anemia merupakan isu kesehatan yang bersifat global, tidak terkecuali di Indonesia. Pemahaman remaja tentang anemia dapat ditingkatkan melalui pendidikan kesehatan. Instagram adalah platform media sosial yang tepat untuk menyebarkan informasi kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan melalui Instagram terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan anemia pada remaja putri di SMK N 1 Bojongsari. Penelitian ini menerapkan desain pra-eksperimental yang melibatkan satu kelompok dengan *pretest* dan *posttest*. Populasi yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah 213 remaja putri dari kelas X di SMK N 1 Bojongsari tahun ajaran 2023/2024 yang menderita anemia dan memiliki akun Instagram. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik total sampling. Kuesioner pengetahuan dan sikap mengenai pencegahan anemia digunakan dalam penelitian ini. Setelah mengisi kuesioner *pretest*, responden menerima pendidikan kesehatan selama satu minggu. Setelah itu, dilakukan pengisian kuesioner *posttest*. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik pada *pretest*, dengan 116 responden (56,3%), dan angka ini meningkat menjadi 145 responden (70,4%) pada *posttest*. Sikap responden sebagian besar positif pada saat *pretest*, yaitu 169 responden (82%), dan meningkat menjadi 191 responden (92,7%) pada saat *posttest*. Hasil uji statistik *Wilcoxon* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,001, mengindikasikan bahwa edukasi kesehatan melalui Instagram memiliki efek terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMK N 1 Bojongsari mengenai pencegahan anemia. Oleh karena itu, disarankan untuk menerapkan pendidikan kesehatan melalui media sosial untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja dalam upaya pencegahan anemia.

Kata Kunci: instagram, pencegahan anemia, pendidikan kesehatan, pengetahuan, sikap.

Naskah masuk: 13 Agustus 2024, Naskah direvisi: 14 Agustus 2024, Naskah diterima: 2 Desember 2024

Naskah diterbitkan secara online: 31 Desember 2024

©2024/Penulis. Artikel ini merupakan artikel dengan akses terbuka di bawah lisensi CC BY-SA

(<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>)

1. Pendahuluan

Fase peralihan dari usia anak-anak menuju ke arah dewasa disebut masa remaja, yang dicirikan oleh perubahan dalam perkembangan fisik dan mental. Remaja didefinisikan oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai mereka yang berusia 10-19 tahun. Kesehatan dan status gizi remaja harus diperhatikan untuk menghasilkan generasi yang sehat. Anemia pada remaja merupakan masalah yang saat ini sedang diupayakan oleh pemerintah untuk diatasi (Puspikawati *et al.*, 2021).

Kadar *hemoglobin* yang rendah dalam darah adalah ciri khas dari kondisi medis yang dikenal sebagai anemia. Kejadian anemia di Indonesia cukup tinggi. Pada tahun 2019, *World Health Organization* (WHO) mengestimasi bahwa anemia berdampak pada 30% dari populasi global, dengan ibu hamil dan remaja putri sebagai kelompok yang paling terdampak. Sekitar 15,5% remaja dalam rentang usia 15-24 tahun dan 14,6% ibu hamil di usia tersebut mengalami anemia. Berdasarkan jenis kelamin, prevalensi anemia adalah 18,0% di kalangan perempuan dan 14,4% di kalangan laki-laki (SKI, 2023).

Anak perempuan yang berusia remaja termasuk dalam kelompok yang berisiko terkena anemia. Tubuh dapat mengalami kehilangan zat besi akibat menstruasi pada remaja. Remaja rentan mengalami anemia jika kebutuhan zat besinya tidak terpenuhi (Utari *et al.*, 2020). Pembentukan *hemoglobin* dalam darah sangat dipengaruhi oleh zat besi. Sel darah merah dengan *hemoglobin* yang lebih sedikit diproduksi dapat menyebabkan terjadinya anemia (Cia *et al.*, 2022).

Anemia memiliki dampak yang merugikan bagi remaja, termasuk menurunnya kebugaran, prestasi belajar, dan daya tahan tubuh. Kelahiran prematur, *stunting*, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), dan kematian janin serta ibunya dapat meningkat pada kasus kekurangan zat besi yang berlanjut hingga dewasa. Penggunaan suplemen zat besi, penambahan nutrisi makanan dengan zat besi dan pasokan yang kaya akan zat besi dapat

membantu mengurangi risiko anemia (Kemenkes RI, 2018).

Remaja dapat mengalami masalah kesehatan karena kurangnya informasi dan kesadaran tentang menjaga gaya hidup sehat. Meningkatnya angka kejadian anemia dapat disebabkan karena rendahnya tingkat pengetahuan remaja mengenai anemia. Pengetahuan yang dimiliki remaja dapat mempengaruhi cara remaja dalam bersikap dan berperilaku untuk memenuhi kebutuhan nutrisi di dalam tubuhnya (Kusnadi, 2021).

Strategi efektif untuk meningkatkan pemahaman dan sikap remaja mengenai anemia adalah melalui penyelenggaraan program pendidikan kesehatan. Sejalan dengan ini, penelitian Munir *et al* (2022) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan remaja. Selain itu, penelitian Fitriani (2023) menunjukkan adanya pengaruh terhadap sikap pencegahan anemia setelah diberikan pendidikan kesehatan terkait gizi seimbang.

Media sosial adalah salah satu platform yang dapat dimanfaatkan untuk pendidikan kesehatan berkat kemampuannya dalam menjangkau berbagai kalangan. Popularitas media sosial di kalangan remaja dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk menyebarkan informasi terkait kesehatan. Instagram adalah platform media sosial yang tepat untuk menyebarkan pesan pendidikan kesehatan. Menurut data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2023, Instagram menempati posisi ketiga sebagai konten media sosial yang paling sering diakses setelah YouTube (65,41%) dan Facebook (60,24%) dengan persentase 30,51%.

SMK N 1 Bojongsari merupakan sekolah dengan angka prevalensi anemia tertinggi di Kecamatan Bojongsari. Puskesmas Bojongsari melakukan *skrining* kesehatan, seperti pemeriksaan kadar *hemoglobin* pada remaja putri kelas X dan menjalankan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) secara menyeluruh pada remaja putri di sekolah tersebut.

Jurnal Kesehatan

Author(s) : Nabila Anggun Pramudyta, Maya Safitri, Pramesti Dewi

Hasil pemeriksaan kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Bojongsari pada tahun 2023 menunjukkan bahwa terdapat 77% remaja putri kelas X di sekolah tersebut yang menderita anemia. Dari 277 remaja putri yang diperiksa, 27% menderita anemia ringan, 49% menderita anemia sedang, dan 1% menderita anemia berat.

Pada tanggal 14 Desember 2023, studi pendahuluan dilakukan melalui wawancara *online* menggunakan *Google Form* yang diisi oleh 112 remaja putri kelas X di SMK N 1 Bojongsari. Berdasarkan studi pendahuluan, didapatkan hasil bahwa 62 remaja putri (55,4%) mengalami gejala 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lunglai), 61 remaja putri (54,5%) tidak mengetahui dampak anemia, 78 remaja putri (69,6%) tidak pernah mendapatkan pendidikan kesehatan mengenai anemia. Selain itu, 93 remaja putri (83%) tertarik dengan pendidikan kesehatan tentang anemia melalui Instagram.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Instagram terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMK N 1 Bojongsari”.

2. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menerapkan desain *pra-eksperimen* pada satu kelompok dengan pengujian *pretest dan posttest*. Pada bulan Mei 2024, pengambilan data dilakukan di SMK N 1 Bojongsari. Kuesioner pengetahuan dan sikap mengenai pencegahan anemia diimplementasikan dalam penelitian ini. Selain itu, Instagram digunakan sebagai media edukasi kesehatan. Intervensi dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang anemia dan pencegahannya menggunakan media sosial Instagram melalui akun @caritanemia.

2.1 Metode Pengumpulan Data

Populasi penelitian ini fokus pada siswi kelas X di SMK N 1 Bojongsari tahun ajaran 2023/2024 yang menderita anemia ringan, sedang, dan berat serta memiliki akun Instagram. Rencana awal melibatkan 213 responden yang didapatkan melalui *total*

sampling dengan kuesioner sebagai alat pengumpulan data utama. Namun, saat pelaksanaan penelitian, hanya 206 responden yang ikut berpartisipasi karena beberapa responden tidak dapat hadir pada waktu yang telah ditentukan.

Kuesioner diberikan pada saat sebelum dan setelah intervensi. Kuesioner dibagikan secara online melalui *Google Form*. Soal *pretest* dikerjakan selama 20 menit. Setelah mengisi kuesioner *pretest*, responden diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan yang diberikan tujuh kali setiap pukul 19.00 WIB selama satu minggu. Responden diberikan materi melalui poster di *feeds* Instagram terkait pengertian anemia dan hemoglobin pada hari pertama, penyebab anemia pada hari kedua, tanda dan gejala anemia pada hari ketiga, dampak anemia pada hari keempat, cara mencegah anemia pada hari kelima, makanan sumber zat besi pada hari keenam dan suplementasi zat besi pada hari ketujuh.

Responden yang sudah membaca pendidikan kesehatan harus memberikan *like* pada setiap postingan di akun Instagram. Responden dapat bertanya dan berkomentar melalui fitur *comment* pada setiap postingan. Penulis membuat grup WhatsApp untuk memastikan bahwa responden membuka Instagram di jam yang telah ditentukan. Pendidikan kesehatan ini dapat diakses di manapun dan kapanpun, sehingga tidak ada durasi waktu yang pasti pada setiap intervensi.

Setelah dilakukan intervensi, responden diberikan kuesioner *posttest* untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap pencegahan anemia. Kode etik penelitian diterbitkan oleh Komisi Etik Penelitian Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa dengan SK No. B.LPPM-UHB/349/05/2024.

2.2 Metode Analisis Data

Kuesioner pengetahuan diadaptasi dari penelitian Pratiwi (2022). Kategori pengetahuan yang digunakan yaitu pengetahuan kurang, cukup, dan baik. Kuesioner sikap dalam penelitian ini mengadopsi dari penelitian Muspiroh (2019).

Kategori sikap yang digunakan yaitu sikap positif dan negatif. Uji *Kolmogorov-Smirnov* digunakan untuk memeriksa normalitas data pengetahuan dan sikap, dan didapatkan nilai Sig. 0,000 yang berarti bahwa data terdistribusi secara tidak normal. Oleh karena itu, Uji *Wilcoxon* diimplementasikan sebagai alternatif uji non parametrik.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Pengetahuan Pencegahan Anemia

Distribusi frekuensi pengetahuan disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri sebelum dan setelah Pendidikan Kesehatan melalui Instagram

	Kategori Pengetahuan	Frekuensi (n = 206)	Presentase (%)
<i>Pre-test</i>	Kurang	0	0
	Cukup	90	43,7
	Baik	116	56,3
	Total	206	100,0
<i>Post-test</i>	Kurang	0	0
	Cukup	61	29,6
	Baik	145	70,4
	Total	206	100,0

Pada *pretest*, mayoritas responden berpengetahuan baik, yaitu 116 responden (56,3%) seperti yang digambarkan Tabel 1. Jumlah responden dengan tingkat pengetahuan baik meningkat dari 116 (56,3%) responden menjadi 145 (70,4%) pada *posttest*. Hasil kuesioner *pretest* menunjukkan bahwa rata-rata responden memiliki pemahaman yang baik tentang konsep anemia dan cara pencegahannya. Mayoritas responden dapat mengidentifikasi anemia secara akurat sebagai kondisi yang ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin. Responden memahami tentang gejala dan akibat dari anemia. Mayoritas responden memahami alasan kerentanan remaja putri terhadap anemia. Remaja juga memahami cara untuk mengetahui kadar hemoglobin dan cara untuk mencegah anemia.

Penelitian ini juga menemukan kurangnya pengetahuan responden tentang sumber

makanan yang dapat membantu mencegah anemia. Mayoritas responden tidak mengetahui buah-buahan yang mengandung zat besi. Sebagian kecil responden juga beranggapan bahwa vitamin A dapat membantu penyerapan zat besi. Selain itu, sebagian kecil responden percaya bahwa asimilasi zat besi dalam tubuh dapat terhambat karena tidur terlalu malam.

Paparan informasi melalui pendidikan kesehatan dapat berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan pada *posttest*. Pendidikan kesehatan memainkan peran penting dalam meningkatkan pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi. Responden mungkin memiliki pemahaman yang terbatas mengenai anemia sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan. Namun, setelah mengikuti pendidikan kesehatan, pengetahuan mereka bertambah.

Hasil penelitian Mesi *et al* (2024) membuktikan bahwa pengetahuan remaja mengenai anemia dipengaruhi oleh pemberian edukasi kesehatan. Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan, pemahaman remaja tentang pencegahan anemia dan gaya hidup sehat meningkat.

3.2 Sikap Pencegahan Anemia

Distribusi frekuensi sikap disajikan dalam tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri Sebelum dan Setelah Pendidikan Kesehatan Melalui Instagram

	Kategori Sikap	Frekuensi (n = 206)	Presentase (%)
<i>Pre-test</i>	Negatif	37	18,0
	Positif	169	82,0
	Total	206	100,0
<i>Post-test</i>	Negatif	15	7,3
	Positif	191	92,7
	Total	206	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden pada saat *pretest* memiliki sikap dalam kategori positif, yaitu sebanyak 169 responden (82%). Pada saat *posttest*, terlihat adanya peningkatan dalam jumlah responden yang memiliki sikap positif, dari 169 responden (82%) menjadi 191 responden

(92,7%). Hasil kuesioner *pretest* menunjukkan bahwa rata-rata responden memiliki sikap yang positif tentang anemia. Namun, sebagian kecil responden tetap percaya bahwa anemia bukanlah masalah kesehatan yang serius dan berbahaya.

Sebagian besar responden telah memiliki sikap positif pada saat *pretest* karena mereka sebelumnya telah terpapar informasi atau pendidikan baik di sekolah atau di luar lingkungan sekolah yang mendukung sikap positif tersebut. Selain itu, ada kemungkinan bahwa responden memiliki latar belakang atau pengalaman yang membuat mereka cenderung memiliki sikap yang positif. Remaja putri yang menjadi subjek dalam penelitian mungkin telah memiliki sikap positif karena latar belakang mereka yang mengalami anemia.

Peningkatan sikap pada saat *posttest* dapat terjadi karena faktor pendidikan. Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran responden akan pentingnya pencegahan anemia, yang pada akhirnya dapat mendorong mereka untuk mengubah sikap menjadi lebih positif.

Informasi yang diberikan selama pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi sikap responden secara positif. Instagram memungkinkan informasi kesehatan disampaikan dengan cara yang menarik dan mudah dicerna. Konten visual yang disajikan di Instagram dapat membangkitkan minat dan perhatian responden serta meningkatkan pengetahuan dan mempengaruhi sikap mereka secara positif. Terbukti dengan keterlibatan beberapa responden yang secara langsung memberikan komentar dan mengajukan pertanyaan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Octavianti & Trulline (2019), yang menyelidiki faktor-faktor pembentukan sikap. Berbagai faktor, termasuk emosi seseorang, paparan budaya, pengalaman, pendidikan dan agama, media sosial, dan individu yang berpengaruh atau dianggap penting dapat mempengaruhi pembentukan sikap seseorang.

3.3 Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Instagram terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Anemia

Hasil Uji Wilcoxon disajikan dalam tabel 3. dan tabel 4.

Tabel 3. Hasil Uji *Wilcoxon* Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Instagram terhadap Pengetahuan Pencegahan Anemia

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Negative Ranks	23 ^a	38,00	874,00
Pretest Positive Ranks	52 ^b	38,00	1976,00
Ties	131 ^c		
Total	206		

	Posttest - Pretest
Z	-3,349 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Tabel 4. Hasil Uji *Wilcoxon* Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Instagram terhadap Sikap Pencegahan Anemia

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Negative Ranks	12 ^a	23,50	282,00
Pretest Positive Ranks	34 ^b	23,50	799,00
Ties	160 ^c		
Total	206		

	Posttest - Pretest
Z	-3,244 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap mengenai pencegahan anemia di kalangan remaja putri di SMK N 1 Bojongsari berbeda sebelum dan sesudah menerima pendidikan kesehatan melalui Instagram. Hal ini dikuatkan oleh hasil uji *Wilcoxon* yang menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,001 ($< 0,05$).

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa terjadi peningkatan sikap dan pengetahuan yang tidak signifikan baik sebelum maupun sesudah edukasi kesehatan. Hal ini

ditunjukkan oleh hasil kuesioner *pretest* yang menunjukkan bahwa rata-rata responden memiliki sikap positif dan tingkat pengetahuan yang baik.

Keterpaparan informasi menjadi penyebab adanya perbedaan pengetahuan dan sikap yang terjadi sebelum dan sesudah intervensi. Menurut penelitian oleh Izdihar *et al* (2022), tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh banyak sedikitnya informasi yang diterima. Remaja yang memiliki pandangan positif cenderung memiliki pengetahuan yang baik. Sebaliknya, remaja yang memiliki sedikit pengetahuan akan menunjukkan sikap yang negatif atau menolak.

Faktor lain yang dapat menjadi penyebab meningkatnya pengetahuan dan sikap remaja putri adalah pendidikan kesehatan melalui media sosial, yaitu Instagram. Penelitian awal menunjukkan bahwa semua remaja putri yang berpartisipasi dalam penelitian ini memiliki akun Instagram dan secara aktif menggunakannya. Kemajuan media sosial yang pesat telah memudahkan keterlibatan semua individu, termasuk remaja.

Definisi, penyebab, gejala, dampak, pencegahan, dan identifikasi makanan sumber zat besi telah disampaikan selama pendidikan kesehatan dengan memanfaatkan fitur *feeds*. Instagram didukung adanya visual berupa gambar atau video yang mempermudah penyampaian informasi dan mempermudah penerimaan informasi.

Penelitian Tamsil *et al* (2023) menunjukkan bahwa skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah intervensi dipengaruhi oleh penggunaan Instagram untuk edukasi gizi. Salah satu cara untuk menarik perhatian responden adalah dengan menggunakan gambar animasi dalam materi edukasi. Edukasi gizi di Instagram mempermudah responden dalam memperoleh informasi tanpa batasan waktu dan tempat tertentu.

Penggunaan Instagram sebagai alat pengajaran pada penelitian Hatijah *et al* (2024) berpengaruh pada pengetahuan dan sikap kelompok intervensi mengenai pencegahan anemia. Di sisi lain, kurangnya edukasi tidak berpengaruh pada kelompok kontrol. Hal ini dapat memperkuat argumen tentang efektivitas edukasi kesehatan di

Instagram dalam mengubah perspektif dan perilaku masyarakat.

Sejalan dengan temuan sebelumnya, penelitian ini menambah bukti yang menunjukkan bahwa pemahaman remaja tentang perlunya mencegah anemia dapat ditingkatkan melalui program pendidikan kesehatan yang dilakukan melalui Instagram. Pemanfaatan Instagram sebagai sarana pendidikan kesehatan dinilai efektif karena remaja cenderung menggunakannya.

4. Kesimpulan dan Saran

Pendidikan kesehatan yang dilakukan melalui Instagram memengaruhi tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri di SMK N 1 Bojongsari, sesuai dengan hasil uji *Wilcoxon* dengan nilai *p-value* sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Pada saat *posttest*, terlihat adanya peningkatan dalam jumlah responden yang memiliki pengetahuan baik, dari 116 responden (56,3%) menjadi 145 responden (70,4%). Selain itu, terlihat adanya peningkatan dalam jumlah responden yang memiliki sikap positif, dari 169 responden (82%) menjadi 191 responden (92,7%).

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk terus melanjutkan penelitian dengan desain dan rancangan yang lebih bervariasi, termasuk adanya kelompok kontrol, serta meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja, seperti gaya hidup dan pola makan. Bagi institusi pendidikan, disarankan untuk mempertimbangkan dan memanfaatkan media sosial seperti Instagram dalam upaya untuk pendidikan kesehatan pada remaja. Bagi remaja, disarankan untuk aktif mengikuti konten edukatif tentang kesehatan dengan memanfaatkan media sosial seperti Instagram dan meminum Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin untuk menghindari terjadinya anemia.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih saya ucapkan kepada seluruh pihak yang telah memberikan berbagai kontribusi dalam penyelesaian penelitian ini. Terima kasih kepada pembimbing atas arahan, dukungan, saran, dan dedikasinya selama proses penelitian. Terima kasih kepada SMK N 1 Bojongsari atas izin dilakukannya

Jurnal Kesehatan

Author(s) : Nabila Anggun Pramudyta, Maya Safitri, Pramesti Dewi

penelitian di sekolah tersebut dan kepada remaja putri yang telah berperan sebagai subjek dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

APJII. (2023). *Survei Penetrasi & Perilaku Internet*.

Cia, A., Annisa, H. N., & Lion, H. F. (2022). Asupan Zat Besi dan Prevalensi Anemia pada Remaja Usia 16-18 Tahun. *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 04(02), 144–150. <https://doi.org/10.33096/woh.vi.248>

Fitriani, & Husnah, R. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Nutrisi Gizi Seimbang dengan Pencegahan Anemia pada Remaja Di Pulau Panjang. *Jurnal Ners*, 7(2), 1022–1026.

Hatijah, Masithah, S., Hasanah, S. U., Yusuf, K., & Wahyuni, F. (2024). Pengaruh Edukasi Anemia dengan Media Instagram terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Mencegah Anemia di. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 8(1), 87–92. <https://doi.org/https://doi.org/10.22487/ghidza.v8i1.1159>

Izdihar, M. S., Noor, M. S., Istiana, I., Juhairina, J., & Skripsiana, N. S. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMAIT Ukhuwah Banjarmasin. *Homeostasis*, 5(2), 333–342. <https://doi.org/10.20527/ht.v5i2.6278>

Kemendes RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*.

Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 03(01).

Mesi, E. S., Oktiningrum, M., & Vallen, N. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan

terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA Kesatrian 2 Semarang. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(1), 246–253. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v3i1.2772>

Munir, R., Sari, A., & Hidayat, D. F. (2022). Pendidikan Kesehatan : Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 1(02), 83–93. <https://doi.org/10.34305/jppk.v1i02.432>

Muspiroh, S. R. R. (2019). *Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Instagram Terhadap Pengetahuan dan Sikap dalam Upaya Mencegah Anemia pada Remaja Putri di MAN 2 Kota Bogor*.

Octavianti, M., & Trulline, P. (2019). Sikap Siswa Sma Di Kota Bandung Terhadap Informasi Mengenai Program Studi Di Perguruan Tinggi Negeri Indonesia. *Komversal : Jurnal Komunikasi Universal*, 1(1), 40–53. <https://doi.org/10.38204/komversal.v2i2.129>

Pratiwi, V. A. (2022). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Anemia dengan Asupan Zat Besi Remaja Putri di SMA Negeri 9 Depok*.

Puspikawati, S. I., Sebayang, S. K., Dewi, D. M. S. K., Fadzilah, R. I., Alfayad, A., Wardoyo, D. A. H., Pertiwi, R., Adnin, A. B. A., Devi, S. I., Manggali, T. R., Septiani, M., & Yunita, D. (2021). Pendidikan Gizi tentang Anemia pada Remaja di Kecamatan Banyuwangi Jawa Timur. *Media Gizi Kesmas*, 10(2), 278283.

Survei Kesehatan Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*.

Tamsil, A. S. A., Hartono, R., & Chaerunimah. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Sebagai Media Edukasi Gizi terhadap Peningkatan

Jurnal Kesehatan

Author(s) : Nabila Anggun Pramudyta, Maya Safitri, Pramesti Dewi

Pengetahuan dan Asupan Zat Besi serta Kadar Hemoglobin pada Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Makassar. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, XVIII(1), 112–118. <https://doi.org/https://doi.org/10.32382/medkes.v18i1.6>

Utari, W. R., Lisum, K., & Marlina, P. W. N. (2020). Hubungan Karakteristik Responden dan Sumber Informasi dengan Pengetahuan Anemia Defisiensi Zat Besi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 12(3), 379–386. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v12i3.773>

WHO. (2019). *Adolescent Health*.