Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: galungwaknook@gmail.co

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
5 (3) 2025, Page: 30269-30276

Efektifitas Edukasi Dampak Anemia Dengan Media Video Terhadap Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Demak"

Muhammad Maulana Saparudin[1], Noor Hidayah[2], Sri Karyati[3]
[1,2,3]Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kudus
Email: 142022030167@std.umku.ac.id, noorhidayah@umkudus.ac.id, srikaryati@umkudus.ac.id

Published: November 2025

ABSTRACT

Anemia is still a serious public health problem. The Indonesian government has run a Blood Supplement Tablet (TTD) supplementation program for adolescent girls and women of childbearing age. However, the compliance rate of TTD consumption is still low. This study aims to assess the effectiveness of health education in increasing TTD consumption behavior in high school adolescents. This study uses a quantitative research design with a quasy-experimental pre-posttest with control group method. The research was conducted at SMA Negeri 2 Demak in April 2025. The number of samples was 69 respondents, with purposive sampling technique. Inclusion Criteria: 10th grade students, willing to participate in all stages of research. Exclusion Criteria: female students who have a history of chronic illness or serious health problems, do not attend education, do not attend the evaluation, and do not give consent to participate in the research. The instrument used a questionnaire on the incidence of anemia and the consumption behavior of blood plus tablets. Univariate analysis to describe the distribution of each study variable separately. To find out the difference between pre and postest, the wilcoxon test was used, while to find out the effectiveness of education the Mann Whitney Test was used. Research shows that before the intervention, most of the female students in both the intervention (52.6%) and control groups (76.3%) had not taken TTD as recommended. After health education, TTD consumption behavior in the intervention group increased significantly to 97.4% as recommended, while the control group did not experience significant changes. Statistical tests showed a significant influence of health education on TTD consumption behavior (p = 0.000).
Keywords: *Health Education, Impact of Anemia, Video Media, Blood Supplement Tablet Consumption Behavior*

ABSTRAK

Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius. Pemerintah Indonesia telah menjalankan program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri dan wanita usia subur. Namun, tingkat kepatuhan konsumsi TTD masih rendah. Penelitian ini bertujuan menilai efektivitas edukasi kesehatan dalam meningkatkan perilaku konsumsi TTD pada remaja SMA. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode quasy-eksperimental pre-posttest with control group. Penelitian di lakukan di SMA Negeri 2 Demak pada bulan April 2025. Jumlah sampel adalah 69 responden, dengan teknik sampling purposive sampling. Kriteria Inklusi: siswi kelas 10, bersedia mengikuti seluruh tahapan penelitian. Kriteria Eksklusi: siswi yang memiliki riwayat penyakit kronis atau gangguan kesehatan serius, tidak mengikuti edukasi, tidak hadir saat evaluasi, dan tidak memberikan persetujuan untuk berpartisipasi dalam penelitian. Instrumen menggunakan kuesioner kejadian anemia dan perilaku konsumsi tablet tambah darah. Analisis univariat untuk mendeskripsikan distribusi setiap variabel penelitian secara terpisah. Untuk mengetahui perbedaan pre dan postest digunakan uji *wilcoxon*, sedangkan untuk mengetahui efektifitas edukasi menggunakan uji *Mann Whitney Test*. Penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar siswi baik pada kelompok intervensi (52,6%) maupun kontrol (76,3%) belum mengonsumsi TTD sesuai anjuran. Setelah edukasi kesehatan, perilaku konsumsi TTD pada kelompok intervensi meningkat signifikan hingga 97,4% sesuai anjuran, sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami perubahan berarti. Uji statistik menunjukkan adanya pengaruh signifikan edukasi kesehatan terhadap perilaku konsumsi TTD (p = 0,000).

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan, Dampak Anemia, Media Video, Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah

© The Author(s). 2025 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Anemia defisiensi besi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan pada populasi di dunia, khususnya dikalangan remaja putri anak-anak dan wanita hamil (WHO, 2023). Berdasarkan laporan *World Health Organization (WHO, 2023)* , 40% anak berusia 6 hingga 59 bulan, 37% wanita hamil, dan 30% wanita berusia 15 hingga 49 tahun menderita anemia diseluruh dunia, lebih umum terjadi di negara dengan penghasilan rendah dan menengah, hal ini disebabkan karena penyakit menular, kurangnya gizi, infeksi parasit seperti gastrointestinal umum terjadi di negara berkembang. Di Indonesia, prevalensi anemia lebih dari 30% terjadi pada remaja putri dan ibu hamil (Kemenkes)

Anemia defisiensi besi adalah kadar Hemoglobin (Hb) <110 g/L, dengan standar normal pada perempuan yang tidak hamil <120g/L. Defisiensi zat besi akan memunculkan gejala seperti kelelahan, kelemahan, pusing atau sakit kepala, mengantuk, dan sesak napas, terutama setelah aktivitas fisik. Dampak lain pada anak adalah perkembangan kognitif serta perkembangan fisiknya, sedangkan pada orang dewasa kemampuan fisik mengalami penurunan akibat anemia. Dampak serius pada anak-anak dan ibu hamil dengan anemia adalah berisiko menyebabkan kematian, hal tersebut terjadi karena pengiriman oksigen kedalam jaringan tubuh mengalami penurunan serta terjadinya penurunan aktivitas enzim yang mengandung zat besi. (WHO, 2023).

Beberapa faktor risiko terjadinya anemia adalah kurangan gizi yang seimbang pada klien, infeksi atau peradangan, dan genetic. Kurangnya gizi seperti vitamin A, B12, B6, C, D, E, folat, riboflavin, tembaga, dan seng juga sebagai pemicu terjadinya anemia (David levine susan, 2019). Usia anak, riwayat diare atau demam, lingkungan rumah, jumlah anggota keluarga, status ekonomi, serta akses ke fasilitas sanitasi (Habib et al., 2023). Penghasilan keluarga (Deivita et al, 2021). Kurangnya gizi seperti zat besi, vitamin A, vitamin B, Asam Folat, peradangan kronis, infeksi parasit, dan kondisi bawaan, pola makan yang buruk (Habtegiorgis et al, 2022).

Pemerintah Indonesia telah menjalankan program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) yang merupakan salah satu program prioritas untuk menurunkan prevalensi anemia di kalangan remaja putri dan wanita usia subur. Sasaran dari program ini adalah remaja putri. Pendistribusian TTD dilakukan secara rutin dengan durasi waktu sebanyak satu minggu sekali dengan tujuan masing-masing remaja putri telah mendapatkan asupan zat besi yang cukup (Kemenkes, 2018). Keberlangsungan program ini tentunya memiliki tantangan pada saat mengimplementasikannya. Salah satu tantangan yang spesifik adalah kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi TTD sangat rendah (Samputri & Herdiani, 2022). Kejadian tersebut dilatar belakangi oleh kurangnya pemahaman serta pengetahuan terkait pentingnya konsumsi TTD. Selain itu kurangnya dukungan keluarga dan guru pada remaja putri, terlibat menjadi tantangan terhadap keberhasilan program ini. Kurangnya sumber daya dan fasilitas di sekolah menjadikan penyuluhan tidak efektif mengakibatkan pengimplementasian konsumsi TTD di sekolah belum sepenuhnya terlaksana. Hal ini dikarenakan banyak sekolah yang belum memiliki program kesehatan yang sudah terintegrasi, serta minimnya tenaga pendidik yang sudah terlatih memberikan edukasi tersebut (Pou et al., 2024). Selain itu, stigma sosial dan kurangnya pemahaman tentang anemia dan pentingnya TTD di kalangan remaja juga dapat menghambat partisipasi mereka dalam program ini (Azizah & Fatah, 2023).

Cakupan konsumsi TTD Di lokasi SMA Negeri 2 Demak berdasarkan hasil wawancara dengan Penanggung Jawab Unit Kesehatan Sekolah (UKS), yang menyatakan bahwa seluruh siswa-siswi di SMA Negeri 2 Demak telah mendapatkan TTD. Pemberian TTD diberikan satu minggu sekali yaitu pada hari Rabu atau hari Jum'at. Berdasarkan informasi dari Penanggung Jawab UKS di SMA Negeri 2 Demak pada tanggal 14 Januari tahun 2025, jumlah seluruh siswa siswi 1.296, masih ada beberapa siswa-siswi yang tidak mengkonsumsi TTD. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kesadaran pelajar tentang risiko anemia dan efek jangka panjangnya. Oleh karena itu, penting untuk melakukan edukasi di SMA guna meningkatkan kesadaran remaja akan pentingnya pemahaman dampak panjang dan risiko anemia, serta metode pencegahan dan pengobatan anemia. Dengan edukasi yang tepat, siswa diharapkan memahami manfaat TTD dalam hal mengurangi anemia, meningkatkan konsentrasi belajar, dan menjaga kebugaran tubuh. Cakupan konsumsi TTD pada siswi putri sejumlah 973 dengan persentase 70%. Didapatkan informasi juga alasan tidak konsumsi TTD dikarenakan tablet kurang

enak, bau TTD yang tidak enak, dan efek samping setelah mengkonsumsi TTD seperti mual dan muntah. Pernyataan tersebut sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan 3 siswi perempuan, mereka menyatakan tidak mengkonsumsi TTD secara teratur dikarenakan munculnya rasa mual setelah mengkonsumi TTD. Data tersebut juga di dukung oleh data kabupaten Demak tahun 2024, menyatakan cakupan persentase remaja putri yang mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) adalah 70% (Demak, 2024). Juga di dukung oleh provinsi Jawa Tengah tahun 2023 dengan persentase hasil skrining Hb pada remaja putri kelas 7 sampai 10 sebesar 85,39 persen, dan hasil 30,45 persen anemia (DINKESJATENG, 2023). Sedangkan persentase anemia di kabupaten Demak sebesar 34% pada tahun 2023 (DINKESDEMAK, 2023).

Tujuan utama penelitian untuk mengevaluasi efektivitas edukasi kesehatan dalam meningkatkan perilaku konsumsi TTD di kalangan remaja SMA. Hasil penelitian ini, diharapkan dapat bermanfaat terutama pada perkembangan ilmu keperawatan dan tentunya dapat menjawab pertanyaan mengenai tingkat pengetahuan remaja tentang TTD, sejauh mana pengaruh edukasi kesehatan yang dapat meningkatkan perubahan perilaku mereka, serta memberikan rekomendasi strategi edukasi kesehatan yang lebih efektif untuk meningkatkan kepatuhan siswa terhadap konsumsi TTD

METODE

Penelitian ini menggunakan design kuantitatif dengan metode *quasy-eksperimental pre-posttest with control group*. Di lakukan di SMA Negeri 2 Demak. Pemilihan lokasi ini karena relevansi karakteristik dengan masalah yang akan diteliti, ketersediaan subjek penelitian yang memadai, dan aksesibilitas yang mudah dijangkau. Waktu penelitian pada bulan April 2025. Pemberian intervensi selama 1 bulan dengan proses Populasi penelitian ini keseluruhan siswi kelas 10 SMA Negeri 2 Demak dengan total keseluruhan 223 siswi. Hasil dari perhitungan berdasarkan rumus Slovin adalah 69 sampel + di tambahkan 10% untuk antipasi drop out adalah 76 sampel. Instrumen peneltian ini menggunakan kuesioner dampak kejadian anemia jangka panjang. Sedangkan untuk mengukur perilaku konsumsi tablet tambah darah (TTD) menggunakan kuesioner perilaku konsumsi tablet tambah darah. Metode analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat, uji normalitas dilakukan untuk menentukan uji bivariat, dalam penelitian ini data tidak berdistribusi normal, maka analisis selanjutnya dilakukan dengan menggunakan uji non-parametrik Wilcoxon Signed Rank Test

Penelitian ini telah memperoleh izin etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Muhammadiyah Kudus dengan Nomor: 285/Z-7/KEPK/UMKU/III/2025.

HASIL

Karakteristik Siswi SMA Negeri 2 Demak Berdasarkan Umur

Tabel 1. Karakteristik Siswi SMA Negeri 2 Demak Berdasarkan Umur (n=76)

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	Mean	SD	Mean	SD
Umur	15,42	0,599	15,47	0,557

Tabel 1 menjelaskan bahwa kelompok intervensi memiliki rata-rata usia siswi adalah 15,42 tahun dengan SD 0,599. Sedangkan pada kelompok kontrol, rata-rata usia siswi adalah 15,47 tahun dengan SD 0,557.

Hasil Uji Normalitas Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Pengukuran	Waktu	Kelompok	Rerata	*P-Value*
Perilaku Konsumsi Tablet Tambah darah	PreTest	Intervensi	0,352	0,000
		Kontrol	0,472	0,000
	Post Test	Intervensi	0,538	0,000
		Kontrol	0,484	0,000

Berdasarkan hasil uji normalitas yang ditampilkan pada Tabel 2, diketahui bahwa pada kelompok intervensi sebelum intervensi (*pre-test*) diperoleh nilai *p* = 0,000, dan pada kelompok kontrol sebelum intervensi juga diperoleh nilai *p*= 0,000. Begitu pula pada kelompok intervensi setelah intervensi (*post-test*) nilai *p*= 0,000, dan kelompok kontrol setelah intervensi juga menunjukkan nilai *p*= 0,000. Seluruh nilai *p* tersebut lebih kecil dari 0,05 (*p* < 0,05). Hasil ini menunjukkan bahwa data perilaku konsumsi tablet tambah darah pada kedua kelompok, baik sebelum maupun sesudah intervensi, tidak berdistribusi normal. Artinya, sebaran data tidak mengikuti pola distribusi normal sehingga uji parametrik seperti *Paired Sample t-test* tidak dapat digunakan.

Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah

Table 3. Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=76)

	Intervensi		Kontrol	
	f	**%**	**f**	**%**
Sebelum				
Tidak Sesuai Anjuran (<3 Tablet)	20	52,60%	29	76,3
Sesuai Anjuran (4 Tablet)	18	47,40%	9	23,7
Sesudah				
Tidak Sesuai Anjuran (<3 Tablet)	1	2,60%	30	78,9
Sesuai Anjuran (4 Tablet)	37	97,40%	8	21,1

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, mayoritas responden pada kelompok intervensi memiliki perilaku konsumsi tablet tambah darah yang tidak sesuai anjuran (≤3 tablet) yaitu sebanyak 52,6%. Pada kelompok kontrol, mayoritas responden juga berada pada kategori tidak sesuai anjuran yaitu 76,3%. Setelah intervensi diberikan, terjadi peningkatan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada kelompok intervensi, di mana hampir seluruh responden (97,4%) sudah mengonsumsi sesuai anjuran. Berbeda dengan kelompok kontrol, sebagian besar responden tetap berada pada kategori tidak sesuai anjuran (78,9%).

Perbedaan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Sebelum Dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Table 4. Perbedaan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=76)

Kelompok	Nilai *p*
Intervensi	0,000
Kontrol	0,285

Berdasarkan hasil uji statistik, pada kelompok intervensi diperoleh nilai *p* = 0,000 (*p* < 0,05), yang menunjukkan terdapat perbedaan signifikan antara perilaku konsumsi tablet tambah darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Artinya, edukasi kesehatan yang diberikan berpengaruh terhadap peningkatan kepatuhan responden dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran.

Sementara itu, pada kelompok kontrol diperoleh nilai *p* = 0,285 (*p* > 0,05), yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan antara perilaku konsumsi tablet tambah darah sebelum dan sesudah tanpa diberikan intervensi. Dengan kata lain, tanpa adanya edukasi kesehatan, perilaku konsumsi responden cenderung tetap sama dan tidak mengalami perubahan berarti**.**

Rata-Rata Selisih Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Table 5. Selisih Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=76)

	Mean±SD	
	Kelompok Kontrol	**Kelompok Intervensi**
Sebelum	2,84±0,855	3,16±0,973

Sesudah	2,95±0,695	3,97±0,162
Selisih	-0,11±0,16	0,81±0,811
P value Wilcoxon	*0,285*	0,000

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh perbandingan antara nilai rata-rata (mean) sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Pada kelompok kontrol, rata-rata skor sebelum intervensi adalah 2,84 ± 0,855, dan sesudah intervensi meningkat sedikit menjadi 2,95 ± 0,695. Selisih perubahan rata-rata hanya sebesar -0,11 ± 0,16. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai p= 0,285 (p > 0,05), yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok kontrol. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tanpa adanya perlakuan atau intervensi khusus, perubahan yang terjadi pada kelompok kontrol tidak bermakna secara statistik.

Sementara itu, pada kelompok intervensi, rata-rata skor sebelum intervensi adalah 3,16 ± 0,973, dan meningkat menjadi 3,97 ± 0,162 setelah intervensi diberikan. Selisih peningkatan rata-rata sebesar 0,81 ± 0,811 menunjukkan adanya peningkatan yang cukup besar. Hasil uji *Wilcoxon* memperlihatkan nilai p = 0,000 (p < 0,05), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara nilai sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa intervensi yang diberikan terbukti efektif dalam meningkatkan skor variabel yang diteliti.

Secara keseluruhan, hasil analisis ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan hasil pada kelompok intervensi, sedangkan pada kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan yang bermakna. Hal ini mengindikasikan bahwa perbedaan yang terjadi disebabkan oleh pengaruh intervensi, bukan oleh faktor kebetulan atau variabel luar lainnya.

Efektifitas Edukasi Kesehatan dengan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah

Table 6. Efektifitas Edukasi Kesehatan dengan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (n=78)

Kelompok	Nilai p
Intervensi	0,000
Kontrol	

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi diperoleh nilai p = 0,000 (p < 0,05), yang berarti edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku konsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran. Setelah diberikan edukasi, mayoritas responden mampu mengonsumsi tablet sesuai jadwal yang dianjurkan.

Sebaliknya, pada kelompok kontrol diperoleh nilai p > 0,05, yang menunjukkan bahwa tanpa adanya edukasi kesehatan tidak terdapat perubahan perilaku yang signifikan dalam konsumsi tablet tambah darah. Hal ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan responden terhadap konsumsi tablet tambah darah.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, mayoritas responden pada kelompok intervensi memiliki perilaku konsumsi TTD tidak sesuai anjuran (<3 tablet) sebanyak 52,60% (20 orang). Pada kelompok kontrol, mayoritas memiliki perilaku konsumsi TTD tidak sesuai anjuran (<3 tablet) sebanyak 76,3 % (29 orang). Setelah intervensi diberikan, terjadi peningkatan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada kelompok intervensi, di mana hampir seluruh responden (97,4%) sudah mengonsumsi sesuai anjuran. Berbeda dengan kelompok kontrol, sebagian besar responden tetap berada pada kategori tidak sesuai anjuran (78,9%). Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan skor perilaku yang signifikan pada kelompok intervensi, sedangkan pada kelompok kontrol skor relatif stagnan. Hasil penelitaian ini mendukung penelitian sebelumnya oleh Yuhana et al (2024) di SMAN 02 Way Serdang Mesuji dengan design yang sama dengan hasil terdapat perbedaan signifikan skor perilaku konsumsi TTD sebelum dan sesudah penyuluhan (p= 0,000), dengan peningkatan skor perilaku setelah intervensi edukasi. Penelitian ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan mampu mempengaruhi perilaku konsumsi TTD secara positif**.** (Styaningrum et al.,

2020) meneliti di SMPIT LHI Yogyakarta dengan intervensi edukasi terpadu tentang anemia pada remaja putri di lingkungan sekolah asrama. Hasil *paired t-test* menunjukkan adanya peningkatan signifikan kadar Hb dan perilaku konsumsi TTD setelah intervensi (p= 0,009). Penelitian ini memperlihatkan bahwa edukasi yang terstruktur, konsisten, dan melibatkan dukungan lingkungan dapat meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD. Kedua penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini, di mana pemberian edukasi kesehatan terbukti efektif meningkatkan skor perilaku konsumsi TTD pada remaja putri. Alasan skor perilaku yang rendah sebelum intervensi pada sebagian besar responden dapat dijelaskan oleh beberapa faktor: Kurangnya pengetahuan tentang anemia dan TTD: Sebelum edukasi, banyak remaja putri belum memahami hubungan antara anemia, menstruasi, dan pentingnya asupan zat besi melalui TTD.

Rendahnya motivasi dan kesadaran kesehatan: Remaja cenderung lebih fokus pada aktivitas sosial dan akademik, sehingga pencegahan anemia kurang menjadi prioritas. Stigma dan persepsi negatif: Beberapa remaja menghindari TTD karena rasa dan aroma yang kurang disukai atau kekhawatiran terhadap efek samping seperti mual (Demak, 2024). Kurangnya dukungan lingkungan: Minimnya pengawasan guru dan keluarga menyebabkan kepatuhan konsumsi TTD tidak terpantau dengan baik (Pou et al., 2024)

Alasan peningkatan skor perilaku setelah intervensi edukasi kesehatan dipengaruhi oleh beberapa faktor keberhasilan intervensi: Peningkatan pengetahuan: Edukasi yang disampaikan dengan media video dan diskusi kelompok membuat materi lebih mudah dipahami dan diingat. Motivasi intrinsik yang lebih kuat: Setelah memahami risiko anemia dan manfaat TTD, remaja memiliki dorongan pribadi untuk mematuhi anjuran konsumsi. Penguatan norma sosial positif: Dukungan dari teman sebaya dan guru setelah edukasi membantu membentuk norma baru yang mendorong perilaku sehat. Reduksi hambatan psikologis: Edukasi membantu mengatasi stigma dan kekhawatiran terhadap efek samping, dengan memberikan tips mengonsumsi TTD secara benar.

Berdasarkan hasil penelitian ini, skor perilaku konsumsi TTD yang rendah sebelum intervensi disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan, rendahnya kesadaran, stigma negatif, dan kurangnya dukungan lingkungan. Setelah diberikan intervensi edukasi kesehatan yang terstruktur dan berbasis media interaktif, terjadi peningkatan signifikan pada skor perilaku di kelompok intervensi, sementara kelompok kontrol tetap stagnan. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa edukasi kesehatan adalah strategi efektif untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri, dan menjadi langkah penting dalam pencegahan anemia di usia sekolah.

Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku konsumsi TTD sebelum dan sesudah intervensi edukasi kesehatan, dengan nilai p = 0,000 (p < 0,05). Ini berarti bahwa intervensi edukasi kesehatan secara nyata mampu mengubah perilaku konsumsi TTD menjadi lebih baik. Sebaliknya, pada kelompok kontrol, nilai p= 0,285 (p > 0,05) menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan perilaku konsumsi TTD sebelum dan sesudah periode pengamatan. Hal ini mengindikasikan bahwa tanpa intervensi, perilaku konsumsi TTD cenderung tetap sama dan tidak mengalami peningkatan.

Studi sebelumnya oleh Yuhana et al (2024) menemukan adanya peningkatan signifikan perilaku konsumsi TTD pada remaja putri setelah diberikan penyuluhan kesehatan (p = 0,000). Edukasi terbukti efektif dalam mengubah perilaku yang sebelumnya kurang patuh menjadi lebih konsisten dalam mengonsumsi TTD. Styaningrum et al (2020) juga melaporkan perbedaan signifikan perilaku sebelum dan sesudah edukasi terpadu pada siswi sekolah asrama, dengan peningkatan kepatuhan konsumsi TTD yang diikuti peningkatan kadar hemoglobin (p= 0,009). Kedua penelitian ini selaras dengan hasil penelitian di SMA Negeri 2 Demak, di mana pemberian edukasi kesehatan berperan sebagai faktor utama yang membedakan perilaku konsumsi TTD sebelum dan sesudah intervensi.

Perbedaan ini dapat dijelaskan melalui beberapa faktor: Peningkatan Pengetahuan: Edukasi kesehatan meningkatkan pemahaman tentang pentingnya konsumsi TTD, manfaatnya bagi pencegahan anemia, serta risiko jika tidak patuh. Perubahan Persepsi dan Sikap: Sesuai *Health Belief Model (HBM)*, edukasi mempengaruhi persepsi kerentanan terhadap anemia dan meningkatkan

persepsi manfaat TTD, yang berdampak pada perubahan perilaku. Penguatan Norma Sosial: Setelah edukasi, dukungan dari guru dan teman sebaya mendorong terbentuknya kebiasaan baru yang positif. Pengurangan Hambatan: Edukasi memberikan strategi praktis untuk mengatasi keluhan seperti mual atau rasa tidak nyaman setelah minum TTD, sehingga responden lebih patuh. Pada kelompok kontrol, ketiadaan intervensi membuat faktor-faktor tersebut tidak mengalami perubahan, sehingga perilaku tetap sama.

Perbedaan signifikan perilaku konsumsi TTD sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi membuktikan bahwa edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kesehatan remaja. Tanpa edukasi, seperti yang terlihat pada kelompok kontrol, perilaku cenderung stagnan. Hasil ini menguatkan temuan penelitian sebelumnya bahwa intervensi edukasi yang terstruktur dan relevan dengan kebutuhan remaja mampu meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD secara signifikan, sehingga berpotensi menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri.

Penelitian ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan dampak anemia jangka panjang efektif dalam meningkatkan perilaku konsumsi TTD pada remaja putri. Mungkin bisa di tambahi penjelasan Keberhasilan ini disebabkan oleh kombinasi peningkatan pengetahuan, pendekatan yang sesuai dengan karakteristik sasaran, penguatan norma sosial positif, dan pengurangan hambatan perilaku. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya, serta menguatkan pentingnya program edukasi kesehatan berbasis sekolah sebagai strategi pencegahan anemia pada remaja. Edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan berpotensi memberikan dampak jangka panjang dalam membentuk kebiasaan sehat di kalangan remaja putri.

Kelemahan penelitian ini sebutkan

KESIMPULAN

Edukasi kesehatan dampak anemia jangka panjang dengan media video terbukti efektif meningkatkan perilaku konsumsi TTD pada remaja putri. Informasi bahaya anemia jangka panjang, video sebagai media penjelas, edukator dari petugas kesehatan, memungkinkan terbinanya kepercayaan dan terbukanya kesadaran sehingga memunculkan perilaku yang diharapkan.

Hasil penelitian ini diharapkan bisa dimanfaatkan untuk memberikan edukasi dengan memanfaatkan kerjasama dengan petugas puskesmas.

REFERENSI

Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain Kuasi Eksperimen Dalam Pendidikan: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, *8*(3), 2476–2482. https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3800

Anisa, I. N., Widyaningsih, E. B., & Wahyuni, I. S. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Fe saat Menstruasi pada Remaja Putri. *Indonesian Journal of Midwifery Scientific*, *1*(1), 7–12.

Azizah, S. K., & Fatah, Moh. Z. (2023). Literature Review: Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Tablet Tambah Darah (TTD) dalam Pencegahan Anemia. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, *6*(12), 10336–10340. https://doi.org/10.54371/jiip.v6i12.3371

Damarhadi, S., Mujidin, M., & Prabawanti, C. (2020). Gambaran Konsep Diri Pada Siswa SMA Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, *9*(3), 251. https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i3.4392

David levine susan, hanson maureen. (2019). Anemia epidemiology, pathophysiology, and etiology in low- and middle-income countries. *Physiology & Behavior*, *176*(3), 139–148. https://doi.org/10.1111/nyas.14092.Anemia

Deivita, Y., Syafruddin, S., Andi Nilawati, U., Aminuddin, A., Burhanuddin, B., & Zahir, Z. (2021). Overview of Anemia; risk factors and solution offering. *Gaceta Sanitaria*, *35*, S235–S241. https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.07.034

DINKESDEMAK. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Demak*. *44*.

Habib, A., Kureishy, S., Soof, S., Hussain, I., Rizvi, A., Ahmed, I., Ahmed, K. M., Achakzai, A. K., & Bhutta, Z. A. (2023). *Prevalence and Risk Factors for Iron Deficiency Anemia among Children under Five and Women of Reproductive Age in Pakistan: Findings from the National Nutrition Survey 2018*.

Kemenkes. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*.
Pou, R., Azhari, E. S., & Virzanisda, R. (2024). Dukungan Guru Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Rutin Remaja Putri Sekolah. *Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah Lembaga Penelitian Universitas Trisakti*, *9*, 97–105. https://doi.org/10.25105/pdk.v9i1.16927
Samputri, F. R., & Herdiani, N. (2022). Pengetahuan dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, *21*(1), 69–73. https://doi.org/10.14710/mkmi.21.1.69-73
Sarbini, D., Darmayanti, P., & Pratiwi, W. W. (2024). *Hubungan Tingkat Asupan Seng dan Vitamin B12 dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Teras Boyolali*. *5*(1), 54–64. https://doi.org/10.24853/mjnf.5.1.54-64
Samson, K. L. I., Fischer, J. A. J., & Roche, M. L. (2022). Iron Status, Anemia, and Iron Interventions and Their Associations with Cognitive and Academic Performance in Adolescents: A Systematic Review. *Nutrients*, *14*(1). https://doi.org/10.3390/nu14010224
Sangeeta, & Chandra, J. (2024). Negative Impact of Iron Deficiency Without Anemia on Health of Children and Adolescents. *Indian Journal of Pediatrics*, *91*(8), 767–768. https://doi.org/10.1007/s12098-024-05163-5
Styaningrum, S. D., Puspitarini, Z., & Sari, S. P. (2020). Program edukasi terpadu di sekolah berbasis asrama untuk pencegahan anemia pada remaja putri. *Ilmu Gizi Indonesia*, *3*(2), 145. https://doi.org/10.35842/ilgi.v3i2.176
Wahyuni, S., & Wimbarti, S. (2021). ORIGAMI untuk Meningkatkan Efikasi Diri: Mengajarkan Pencegahan KSA pada Orang Tua dengan Anak Tunarungu. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, *7*(1), 1. https://doi.org/10.22146/gamajpp.53466
WHO. (2023). World Health Statistics 2023. In *Japanese Journal of Oral and Maxillofacial Surgery* (Vol. 69, Issue 9). https://doi.org/10.5794/jjoms.69.409
Yuhana, Irnawati, Y., & Juariyah, A. S. (2024). *KEPATUHAN KONSUMSI TABLET DARAH REMAJA WANITA LATAR BELAKANG Karena pertumbuhan dan perkembangannya yang cepat , perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan , kehamilan remaja , dan aktivitas fisik , remaja merupakan salah satu kelompok yang paling berisiko*. 236–243.
Yulita, N., Lanyumba, F. S., Balebu, D. W., & Ramli, R. (2020). Persepsi Remaja Putri tentang Anemia di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 5 Luwuk Timur. *Jurnal Kesmas Untika Luwuk : Public Health Journal*, *11*(2), 62–71. https://doi.org/10.51888/phj.v11i2.36