



Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Saat Menstruasi

Hadina^{1,3}, Sri Restu Tempali^{2,3}, Ni Nyoman Etik Erlawati¹

¹Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Indonesia

²Prodi Diploma III Kebidanan, Poltekkes kemenkes palu, Palu, Indonesia

³Ranting IBI Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Indonesia

Email Korespondensi: hadina1980@gmail.com



ARTICLE INFO

Article history:

Received: 14-10-2022

Accepted: 28-10-2022

Published: 31-10-2022

Kata Kunci:

Pengetahuan; Anemia ;
Menstruasi; Leaflet

Keywords:

Knowledge; Anemia ;
Menstruation ; Leaflet

ABSTRAK

Anemia adalah kondisi kadar hemoglobin (HB) dalam darah lebih rendah dari normal. Presentasi perempuan menderita *anemia* meningkat dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 39,1% pada 2018. Menstruasi merupakan salah satu faktor penyebab anemia pada masa ini wanita kehilangan banyak darah. SMP 19 Palu belum pernah mendapatkan edukasi tentang pencegahan anemia saat menstruasi yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri dalam upaya mencegah anemia. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi menggunakan leaflet tentang pencegahan *anemia* saat *menstruasi* terhadap pengetahuan remaja putri di SMP 19 palu. Metode penelitian ini adalah *Pre Eksperiment* dengan *One Group Pretest Posttest Design*, populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas VII, VIII, IX berjumlah 125 siswi. Sampel dalam penelitian ini yaitu 35 siswi. Pengambilan sampel dilakukan dengan *Simple Random Sampling*. Hasil pada pre test hanya satu orang yang berpengetahuan baik dan 24 orang berpengetahuan cukup. Pada post test 31 orang yang berpengetahuan baik dan 4 orang berpengetahuan cukup nilai mean diperoleh 17.50 dan nilai p-value 0.000. dapat : edukasi menggunakan leaflet dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia saat menstruasi. Disarankan pihak sekolah memberikan edukasi menggunakan media leaflet untuk meningkatkan pengetahuan pencegahan *anemia* saat *menstruasi*.

ABSTRACT

Anemia is a condition where the level of hemoglobin (HB) in the blood is lower than normal. Blood women suffer from anemia from 37.1% in 2013 to 39.1% in 2018. Menstruation is one of the factors that cause anemia at this time women lose a lot. SMP 19 Palu has never received education about preventing anemia during menstruation which affects the knowledge of adolescent girls in an effort to prevent anemia. This study aims to analyze the effect of education using leaflets about preventing anemia during menstruation on the knowledge of adolescent girls at SMP 19 Palu. This research method is Pre Experiment with One Group Pretest Posttest Design, the research population is all students of class VII, VIII, IX, totaling 125 students. The sample in this study were 35 female students. Sampling was done by Simple Random Sampling. The results of the pre-test were only one person with good knowledge and 24 people with sufficient knowledge. In the post test 31 people with good knowledge and 4 people with sufficient knowledge got a score of 17.50 and a p-value of 0.000. can: education using leaflets can improve adolescent girls about preventing anemia during menstruation. It is recommended that the school provide education using leaflet media to increase knowledge of preventing anemia during menstruation.



PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization (WHO)*, *anemia* merupakan masalah kesehatan global, terutama di Negara berkembang. *Anemia* mempengaruhi sekitar 30% populasi dunia, terutama remaja dan ibu hamil. Prevalensi global anemia di kalangan remaja berkisar antara 40 hingga 88%. (Suryanti et al., 2017). *Anemia* khususnya pada wanita, masih menjadi salah satu masalah gizi serius yang harus dicegah (Budiarti et al., 2021).

Anemia adalah suatu keadaan dimana kebutuhan fisiologis tubuh (kebutuhan manusia akan oksigen, air, makanan, dan istirahat) tidak terpenuhi oleh jumlah sel darah merah (eritrosit) dan kapasitas pembawa oksigennya. Ini terjadi ketika jumlah sel darah merah <4,2 juta/l atau hemoglobin (Hb) <12 g/dl pada wanita dan <13 g/dl pada pria. *Anemia* adalah kondisi gizi tidak menular yang paling umum di dunia karena *anemia* bukan suatu penyakit yang disebabkan oleh virus atau bakteri melainkan disebabkan oleh kekurangan zat besi dalam darah yang mempengaruhi kesehatan lebih dari 2 miliar orang (Mengistu et al., 2019).

Anemia dapat disebabkan oleh kehilangan darah menstruasi yang cukup banyak. Remaja putri kehilangan rata-rata 20 ml zat besi (Fe) setiap bulan akibat menstruasi (Sari et al., 2018). Menstruasi adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus yang disertai dengan pelepasan (deskuamasi) endometrium. Lama menstruasi biasanya antara 3-5 hari, ada yang 1-2 hari diikuti darah sedikit-sedikit kemudian, dan ada yang sampai 7-8 hari (Yunarsih, 2015). Siklus menstruasi pada wanita normalnya berkisar antara 21-35 hari. Setiap hari ganti pembalut 2-5 kali. Panjangnya siklus menstruasi ini dipengaruhi oleh usia, berat badan, aktivitas fisik, tingkat stres, genetik dan gizi (Titik Lestari, 2015).

Menurut data Badan Riset Kesehatan Dasar (Kementerian Kesehatan RI, 2019) presentasi perempuan yang menderita *anemia* meningkat dari 37,1% pada 2013 menjadi 39,1% pada 2018. Menurut data 2018, jumlah penderita *anemia* pada usia 15-24 tahun 84,6%. (Listiarini et al., 2021). Terdapat 6 Sekolah Menengah Pertama yang ada di wilayah kerja Puskesmas Talise. Sekolah yang memiliki siswa remaja putri terbanyak yaitu SMP 19 Palu dengan jumlah 125 remaja putri (Puskesmas Talise 2021). Di SMP 19 Palu terdapat 125 siswi remaja putri dengan 3 tingkat kelas yang terdiri dari kelas VII dengan jumlah 56 siswi, kelas VIII dengan jumlah 35 siswi, dan kelas IX dengan jumlah 34 siswi. Melalui wawancara, dari 10 siswi terdapat 5 siswi yang mengalami gangguan pola menstruasi.

Ada hubungan antara pemahaman *menstruasi* dengan resiko anemia pada remaja putri, menurut penelitian yang dilakukan di SMA PAB 5 Klumpang Deli Serdang. *Anemia* merupakan resiko tinggi bagi remaja yang mengalami menstruasi tidak teratur. Dapat disimpulkan dari sini bahwa semakin lama periode *menstruasi*, semakin besar resiko *anemia* (Listiarini et al., 2021).

Kejadian *anemia* pada siswa kelas X dan XI SMK Al-Ikhlas Pangkalan Susu Kabupaten Langkat sebesar 72%, dengan kadar Hb rata-rata 11g/dl. *Anemia* mempengaruhi hingga 68% anak-anak kelas X dan XI, dan banyak di antara mereka yang memiliki sedikit pengetahuan tentang *menstruasi*. Sehingga ada hubungan antara kesadaran *menstruasi* dengan kejadian *anemia* pada siswa SMK Al-Ikhlas Pangkalan Susu Kabupaten Langkat (Putri, 2017).

Tingkat pengetahuan yang kurang tentang *anemia* merupakan salah satu faktor pendukung penyebab *anemia* saat *menstruasi* pada remaja putri. Pengetahuan

seseorang mempengaruhi perilaku seseorang, misalnya perilaku pencegahan *anemia* saat *menstruasi*. Pengetahuan tentang *anemia* perlu ditingkatkan untuk meningkatkan perilaku pencegahan *anemia* saat *menstruasi* perlu di berikannya edukasi (Listiarini et al., 2021).

Pencegahan anemia salah satunya melalui edukasi. Ada beberapa media edukasi yang digunakan petugas kesehatan salah satunya yaitu media leaflet. Perlu adanya penyampaian edukasi yang dapat dilakukan menggunakan teknik dan media edukasi tertentu untuk menanggulangi anemia pada remaja putri. Dalam penelitian ini media yang dapat digunakan dalam edukasi adalah media leaflet, yang berisikan materi mengenai Anemia dan cara pencegahannya. Pendidikan diberikan khususnya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri untuk penang penanggulangan anemia (Aulia Meidina Sulistyowati, dan M. Zen Rahfiludin, 2019). Menurut penelitian Yunarsih dkk, memberikan edukasi dengan media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan gizi anak sekolah di SMPN 6 Kediri (Yunarsih, 2015). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan leaflet tentang pencegahan *anemia* saat *menstruasi* terhadap pengetahuan remaja putri di SMP 19 palu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimen, *one group pre test post test*. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 14 Juni 2022 di SMP 19 Palu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMP 19 Palu berjumlah 125 siswi yang sudah mengalami menstruasi. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 35 siswi. Teknik sampel menggunakan *Probability Sampling* secara *Simple Random Sampling* dengan metode undian/lotre. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang diadopsi dan dimodifikasi dari penelitian sebelumnya. Data dianalisis menggunakan analisis univariat yaitu distribusi frekuensi dan bivariat uji statistic *Wilcoxon Rank* yang sebelumnya telah dilakukan Uji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk dengan nilai signifikan sebelum edukasi sebesar 0,002 dan sesudah edukasi sebesar 0,000. Hasil ini lebih kecil dari 0,05 artinya data tidak berdistribusi normal.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1: Karakteristik Remaja Putri Berdasarkan Umur

Karakteristik	F	%
Umur		
10-11 tahun	0	0
12-14 tahun	31	88,57
15-16 tahun	4	11,43
Jumlah	35	100

Sumber: Data Primer, 2022

Pada tabel 4.1 terlihat gambaran karakteristik responden berdasarkan umur yaitu siswi terbanyak berada pada umur 12-14 yaitu dengan jumlah 31 siswi.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri tentang Pencegahan *Anemia* saat *Menstruasi* Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi

Variabel Pengetahuan	Pre-Test		Post-Test	
	F	%	F	%
Baik	1	2,85	31	88,57
Cukup	24	68,57	4	11,43
Kurang	10	28,57	0	0
Total	35	100	35	100

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 2 terlihat gambaran pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan tentang *pencegahan anemia saat menstruasi* dengan media *leaflet* terbanyak adalah berpengetahuan cukup sebesar 24 (68,57%) responden. Setelah diberikan edukasi, pengetahuan remaja putri tentang pencegahan *anemia* saat *menstruasi* terbanyak adalah berpengetahuan baik yaitu sebanyak 31 (88,57%) responden.

Tabel 3. Analisis Uji *Wilcoxon Rank* Pada Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan *Anemia* Saat *Menstruasi* Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi dengan Media *Leaflet* di SMP 19 Palu

	Rank	N	Mean Rank	Sum Of Ranks	P-Value
Pengetahuan Remaja sebelum dan sesudah eksperimen	Negatif Rank	0 ^a	.00	.00	0.000
	Positif Rank	34 ^b	17.50	595.00	
	Ties	1 ^c			
	Total	35			

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan table 3 dapat dilihat bahwa pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi pencegahan anemia saat mestruasi dengan media leaflet didapatkan nilai mean atau rata-rata sebanyak 17,50. Dari hasil analisis statistik uji Wilcoxon diperoleh nilai negative rank 0^a yaitu tidak ada responden yang mengalami penurunan pengetahuan sesudah dilakukan edukasi dengan media leaflet, positif rank 34^b yaitu 34 responden yang mengalami peningkatan pengetahuan sesudah dilakukan edukasi dengan media leaflet, dan ties 1^c menunjukkan ada sebanyak 1 responden yang memiliki pengetahuan setara pada saat sebelum dilakukan edukasi dengan media leaflet dan sesudah dilakukan edukasi dengan media leaflet. Berdasarkan hasil uji statistic didapatkan *p-value* = 0,000 (lebih kecil dari 0,05) sehingga hipotesis penelitian ini (*H₀*) ditolak atau dengan kata lain terdapat pengaruh edukasi menggunakan media *leaflet* tentang pencegahan anemia saat menstruasi di SMP 19 Palu.

PEMBAHASAN

Berdasarkan anlisis univariat pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia pada saat menstruasi sebelum diberikan edukasi dengan media leaflet, dapat dilihat bahwa sebagian besar siswi berpengetahuan cukup. Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan siswi belum pernah mendapatkan informai secara spesifik tentang pencegahan anemia saat menstruasi.

Setelah diberikan edukasi dengan media *leaflet* terlihat bahwa ada peningkatan pengetahuan siswi sudah berpengetahuan baik. Menurut asumsi peneliti, peningkatan pengetahuan siswi dikarenakan informasi yang diberikan saat edukasi tersampaikan dengan baik menggunakan media berupa *leaflet* yang simpel dan menarik, sehingga siswi mendapat informasi yang disampaikan dan hasilnya memberikan pengaruh bagi peningkatan pengetahuan siswi.

Peningkatan pengetahuan dapat dilakukan dengan memberikan edukasi menggunakan leaflet atau buku cerita dan buku saku (Astuti et al., 2020). Media atau alat peraga dalam promosi kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa atau dicium, untuk memperlancar komunikasi dan penyebarluasan informasi (Restu, 2019). Pendapat ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Randa, 2016) menyatakan peningkatan pengetahuan seseorang dapat dilakukan dengan pemberian informasi melalui media yang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

Berdasarkan analisis *bivariat* menggunakan uji *Wilcoxon* pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang pencegahan anemia saat menstruasi dengan media leaflet nilai signifikan yaitu 0,000 lebih kecil dari 0,05. Dari hasil tersebut disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi dengan media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan *anemia* saat *menstruasi* di SMP 19 Palu.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Alini menyatakan bahwa pengetahuan dapat bertambah atau meningkat dengan memberikan edukasi menggunakan berbagai macam media yaitu baik media cetak maupun media elektronik (Indrawati & Alini, 2020). Media edukasi telah banyak dikembangkan sebagai upaya dalam meningkatkan motivasi seseorang dalam menerima informasi. Prinsip dalam pengembangan media pendidikan, yaitu seseorang dapat menerima pengetahuan melalui panca indra (Permatasari & Sulastri, 2021). Promosi Kesehatan menggunakan media merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, merubah perilaku hidup. Wanoho melaporkan bahwa leaflet efektif merubah skor pengetahuan dan perilaku cuci tangan (Wahono et al., 2021).

Hananti melaporkan bahwa media cetak seperti poster, leaflet, dan buku saku dinilai lebih efektif dalam menyajikan informasi dan pendidikan. Hal ini sejalan dengan pendapat bahwa leaflet adalah alat yang efektif dalam peningkatan pengetahuan kesehatan mulut serta indeks klinis kebersihan dan perawatan mulut di antara anak-anak Suriah (Hannanti1, dkk, 2021). Leaflet merupakan suatu media berupa lembaran yang dilipat untuk penyampaian informasi atau pesan kesehatan (Simanjuntak & Doloksaribu, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Anifah, 2020) yang membuktikan bahwa media leaflet lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMP tentang bahaya merokok. Menurut (Alini1, 2018) kelebihan Leaflet adalah: tahan lama, mencakup orang banyak, biaya tidak tinggi, tidak perlu listrik, dapat dibawa kemanamana, dapat mengungkit rasa keindahan, mempermudah pemahaman dan, meningkatkan gairah belajar.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan Hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi menggunakan media *leaflet* tentang pencegahan *anemia* saat *menstruasi* terhadap pengetahuan remaja putri di SMP 19 Palu. Hal ini dapat dilihat dari pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Saran diharapkan pada pemberian edukasi dapat menggunakan media leaflet untuk meningkatkan pengetahuan remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak SMP 19 Palu yang telah memfasilitasi peneliti dalam pengambilan data dan pelaksanaan penelitian pada siswi yang telah mengalami menstruasi di SMP 19 Palu. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu atas bantuan dalam penyelesaian penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Alini1, I. (2018). *EFEKTIFITAS PROMOSI KESEHATAN MELALUI AUDIO VISUAL DAN LEAFLET TENTANG SADARI (PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI) TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG SADARI DI SMAN 1 KAMPAR TAHUN 2018*. 2.
- Anifah, F. (2020). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri*. 1.
- Astuti, N. B., Sari, E. P., & Felle, G. M. (2020). Buku Cerita dan Buku Saku sebagai media Edukasi Gizi untuk Meningkatkan Pengetahuan Sayur dan buah. *GEMA KESEHATAN*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.47539/gk.v11i1.86>
- Aulia Meidina Sulistyowati, M. Zen Rahfiludin, A. K. (2019). pengaruh penyuluhan dan media leaflet tentang anemia terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada Santriwati Al-Bisyri Kota Semarang. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(2356–3346).
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). STUDI FENOMENOLOGI PENYEBAB ANEMIA PADA REMAJA DI SURABAYA. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i2.246>
- Hannanti1, H., Ilimi2, I. M. B., & Muh. Nur Hasan Syah. (2021). *The Effect Of Nutrition Education Using Comic And Leaflet On The Improvement Of Anemia Knowledge In Adolescents Girl In Sma Negeri 14 Jakarta*. 13.
- Indrawati, & Alini. (2020). Efektifitas Promosi kesehatan Melalui Audio Visual dan Leaflet tentang Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Sadari di SMAN 1 Kampar Tahun 2018. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 30(1).
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Riskesmas 2018*. Kementerian Kesehatan RI, 1(1).
- Listiarni, U. D., Sari, I. D., Chaniago, A. D., & Nadeak, E. (2021). *The Relationship of Menstrual Pattern with The Incidence of Anemia in Adolescent Girls at SMA PAB 5 Klumpang , Deli Serdang in 2021*. 2(2), 134–145.
- Mengistu, G., Azage, M., & Gutema, H. (2019). Iron Deficiency Anemia among In-School Adolescent Girls in Rural Area of Bahir Dar City Administration, North West Ethiopia. *Anemia*, 2019, 1–9. <https://doi.org/10.1155/2019/1097547>
- Permatasari, S. P., & Sulastri, S. K. (2021). *Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menstrual Hygiene Management*. eprints.ums.ac.id.
- Putri, S. H. (2017). *Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kejadian anemia pada siswi SMK Al-Ikhlas Pangkalan Susu Tahun 2017*. 15-Jan-2020.
- Randa, Y. (2016). Pengaruh Media Poster dan leaflet Terhadap Peningkatan Perilaku Ibu Rumah Tangga dalam Penggunaan Minyak Goreng Di Kota Binjai. *TESIS*, May.
- Restu, C. T. (2019). *Perbedaan Tingkat Pengetahuan Anak Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Tentang Pencegahan Diare Pada Anak Usia 6-12 Tahun Di Tempat Pembuangan* eprints.ukmc.ac.id.
- Sari, A., Pamungkasari, E. P., & Dewi, Y. L. R. (2018). The addition of dates palm (*Phoenix dactylifera*) on iron supplementation (Fe) increases the hemoglobin level of adolescent girls with anemia. *Bali Medical Journal*, 7(2), 356–360. <https://doi.org/10.15562/bmj.v7i2.987>
- Simanjuntak, S. M., & Doloksaribu, M. (2020). Pengetahuan Siswa Tentang Resiko Menikah Dini Melalui Pendekatan Promosi Kesehatan. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2). <https://doi.org/10.35568/abdimas.v3i2.459>

- Suryanti, Y., Ariasih, I. N., Suryani, S., & ... (2017). Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di MTS Swasta Al-Hidayah Talang Bakung Kota Jambi Tahun 2017. <http://journal.poltekkesjambi.ac.id/index.php/JBKM/article/view/15>
- Puskesmas Talise 2021, (2021).
- Titik Lestari, S. K. (2015). *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan* (@Bay (ed.); 1st ed.). Nuha Medika.
- Wahono, K. B., Jainurakhma, J., & Nurbadriyah, W. D. (2021). Health Promotion "Audio Visual Vs Leaflet": Investigasi Pengetahuan dan Perilaku Cuci Tangan Keluarga Pasien. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 5(1). <https://doi.org/10.32419/jppni.v5i1.194>
- Yunarsih, S. D. A. (2015). Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri kelas VII SMPN 6 Kediri. *Ilmu Kesehatan*, 3.