

**COLOSTRUM JURNAL KEBIDANAN**

eISSN : ....., Volume .., No...

Page : ....

Agustus, 2020

**THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION USING BOOKLET MEDIA  
ABOUT ANEMIA ON KNOWLEDGE LEVELS OF GIRL ADOLESCENT  
AT SMA NEGERI 1 TANAH JAWA IN 2020**

**RUSTI HARYANTI NAPITUPULU**

Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health  
Extention Program Of Applied Health Science In Midwifery

**Email : rusti.napitupulu1102@gmail.com**

**ABSTRACT**

*Anemia is a condition in which a person has a hemoglobin level that is lower than the normal limit (Jitowiyono, 2018). Lack of consumption of foods containing iron (Fe), Vitamin C and carbohydrates is one of the causes of anemia in female adolescents. This study aims to determine the effect of health education on anemia on the level of knowledge of young women in SMA Negeri 1 Tanah Jawa in 2020, using booklets as a medium. This research is a pre-experimental study designed with One Group Pretest and Post test. The study population was 89 people and 79 female adolescents were taken as the research sample through simple random sampling technique which stated that they were willing to participate in the research through informed consent. Based on the results of the Paired T-test, the p value was obtained  $(0.00) < (0.05)$ , meaning that health education using booklets as a medium was proven to significantly increase the knowledge of female adolescents. The mean score of female adolescent knowledge before being given health education was 9.66 and became 10.81 after education. Health workers in these areas are advised to provide health information through the School Health Business.*

*Keywords: Anemia, increased knowledge, booklet*

**ABSTRAK**

Anemia adalah suatu kondisi dimana seseorang memiliki konsentrasi haemoglobin lebih rendah dari batas normal (Jitowiyono, 2018). Salah satu penyebab terjadinya anemia pada remaja putri kurangnya mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi (Fe), Vitamin C dan Karbohidrat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* tentang anemia terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2020. Jenis penelitian *Pre-Eksperimental* dengan *One Group Pretest dan Posttest* dan pengambilan sampel dengan teknik *simple random sampling*. Sampel remaja putri berjumlah 79 orang dengan populasi

berjumlah 89 orang dan bersedia mengikuti penelitian melalui *informed consent*. Berdasarkan hasil uji Paired T-test, diperoleh nilai  $p(0,00) < (0,05)$ , artinya pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* terbukti secara significant meningkatkan pengetahuan remaja putri. Rerata skor pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 9,66 dan rerata skor pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah 10,81. Diharapkan tenaga kesehatan di wilayah kerja tersebut agar memberikan promosi kesehatan melalui UKS.

Kata kunci : Anemia, peningkatan pengetahuan, *booklet*

## PENDAHULUAN

Kejadian Anemia di Indonesia sangat menonjol yang terjadi pada anak-anak sekolah terutama pada remaja putri. Remaja putri berisiko lebih tinggi menderita anemia dikarenakan mengalami menstruasi dan pertumbuhan yang terjadi sangat cepat, sehingga kebutuhan gizi pun ikut meningkat. Salah satu zat gizi yang kebutuhannya meningkat adalah zat besi. Semua sel tubuh membutuhkan zat besi yang merupakan dasar fisiologis, seperti pembentukan haemoglobin (sel darah merah) dan fungsi enzim (Sulistyorini, 2019). Aktivitas sekolah maupun aktivitas ekstrakurikuler yang tinggi akan berdampak pada pola makan yang tidak teratur dan rendahnya asupan zat besi yang dikonsumsi pada remaja tidak mencukupi dengan kebutuhan yang seharusnya. Hal ini disebabkan karena remaja cenderung lebih mengonsumsi makanan yang tidak bergizi dan kurang mengonsumsi buah dan sayur sehingga dapat menyebabkan anemia (Umi, 2017).

Anemia adalah suatu kondisi dimana seseorang memiliki konsentrasi haemoglobin lebih rendah dari batas normal (Jitowiyono, 2018). Berdasarkan angka kejadian anemia di Indonesia mengalami peningkatan dari 37,1% pada Riskesdas 2013 menjadi 48,9% pada Riskesdas 2018 dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun (Depkes, 2018).

Angka kejadian anemia di Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2015 mencapai 57,1%, tahun 2016 sebanyak 54,5% dan tahun 2017 meningkat menjadi 58,2%. Anemia pada remaja putri di Kota Medan masih merupakan masalah kesehatan masyarakat karena prevalensinya lebih dari 25% (Sulistyorini, 2019) maka dilakukan dengan pemberian tablet besi (Fe).

Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa proporsi remaja putri yang mendapatkan tablet zat besi adalah 76,2% sedangkan yang tidak mendapatkan tablet zat besi adalah 23,8%. Namun demikian, dari 76,2% remaja putri yang mendapatkan zat besi tersebut hanya 1,4% yang mengonsumsi tablet zat besi 52 butir sedangkan 98,6% nya mengonsumsi < dari 52 butir (Kemenkes RI, 2018).

Anemia pada remaja putri dapat menurunkan semangat belajar yang berpengaruh buruk terhadap prestasi belajar di sekolah, kurangnya kemampuan penyerapan oksigen akibat kurangnya sel darah merah yang menyebabkan kemampuan aktifitas fisik dan ketahanan tubuh berkurang (Yusria, dkk. 2019). Dengan terjadinya hal tersebut maka dilakukan dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam berperilaku hidup sehat.

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia adalah dengan menggunakan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan. Salah satu media yang digunakan dalam penyuluhan kepada remaja adalah *booklet*. Media *booklet* merupakan salah satu media massa yang dijadikan sebagai media (alat peraga) yang ditujukan kepada banyak orang maupun umum yang waktu penyampaian isi tidak teratur (Soehoet, 2003 dalam Parwiyati, 2014). Menurut Mardikanto (1993), bahwa *booklet* adalah media cetak atau cetakan yang berisi gambar atau tulisan (lebih dominan) yang bentuknya buku kecil setebal 10-25 halaman dan paling banyak 50 halaman.

Keunggulan dari media *booklet* adalah informasi yang dituangkan lebih lengkap, lebih terperinci dan jelas serta bersifat edukatif. Selain itu, *booklet* yang digunakan sebagai media edukasi ini bisa dibawa pulang, sehingga dapat dibaca berulang dan disimpan. Penyusunan *booklet* ini disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi remaja serta dikombinasikan dengan gambar sehingga menarik perhatian remaja dan menghindari kejenuhan remaja dalam membaca (Nurul, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian Nova Nurrohimah (2017) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri rerata sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan yaitu sebesar 5,77 (44%) menjadi 9,62 (74%). Hasil penelitian Fitriani, Shafira Dwiana, dkk menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri rerata sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan yaitu sebesar 5,10% menjadi 8,71%.

SMA Negeri 1 Tanah Jawa merupakan salah satu sekolah yang berada di Kabupaten Simalungun. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Tanah Jawa pada tanggal 05 Oktober 2019, ketika diberikan beberapa pertanyaan kepada siswi kelas X MIPA dengan 89 siswi tentang apa itu anemia, apa penyebabnya, gejalanya dan apa dampaknya, terdapat 15 siswi (16,85%) yang mengetahui dan 74 siswi (83,15%) yang tidak mengetahui. Sehingga dengan melihat hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Menggunakan Media *Booklet* Berbasis *WhatsApp Group* Tentang Anemia Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2020”.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Desain Pre Eksperimental* atau eksperimen yang tidak sesungguhnya dengan rancangan *one group pretest-posttest design*, dimana sudah dilakukan observasi pertama (*pretest*) sehingga peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan, tetapi dalam desain ini tidak ada kelompok kontrol (*pembanding*) (Sugiyono, 2018).

## HASIL PENELITIAN

### A. 1 *Univariat*

Analisis ini bertujuan untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik remaja putri berdasarkan usia, kelas dan pengetahuan sebelum dan sesudah.

#### A. 1.1 **Distribusi Karakteristik Umur dan Jumlah Kelas Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2020**

Distribusi karakteristik remaja putri yang diteliti dalam penelitian ini adalah umur dan jumlah kelas. Hasil penelitian selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.1**  
**Distribusi Karakteristik Umur Remaja Putri**  
**Kelas X MIPA 1-X MIPA 4 Tanah Jawa Tahun 2020**

Umur	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
14 tahun	5	6,3
15 tahun	43	54,4
16 tahun	29	36,7
17 tahun	2	2,5
<b>Total</b>	<b>79</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui dari 79 orang siswi menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri terbanyak pada rentang usia 15 tahun sebanyak 43 orang (54,4%).

**Tabel 4.2**  
**Distribusi Karakteristik Jumlah Kelas Remaja Putri**  
**Di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2020**

Jumlah Kelas	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
X MIPA 1	19	24,1
X MIPA 2	19	24,1
X MIPA 3	23	29,1
X MIPA 4	18	22,8
<b>Total</b>	<b>79</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui dari 79 orang siswi menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri terbanyak di kelas X MIPA 3 sebanyak 23 siswi (29,1%).

#### A. 1.2 **Distribusi Pengetahuan Remaja Putri Kelas X MIPA 1-X MIPA 4 di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2020**

Distribusi total skor pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah kelas X MIPA 1-X MIPA 4 di SMA Negeri 1 Tanah Jawa. Hasil penelitian selengkapnya dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.3**  
**Distribusi Total Skor Pengetahuan Remaja Putri**  
**Kelas X MIPA 1-X MIPA 4 di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2020**

Interpretasi Skor Pengetahuan	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	F	%	F	%
3-7	13	16,5	5	6,3
8-10	36	45,5	31	39,3
11-14	29	36,7	40	50,6
15-20	1	1,3	3	3,8
<b>Total</b>	<b>79</b>	<b>100</b>	<b>79</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan distribusi skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada remaja putri. Skor sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 8-10 dengan jumlah remaja putri 36 orang (45,5 %). Sedangkan skor pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan adalah 11-14 dengan jumlah remaja putri 40 orang (50,6%).

#### A. 2 Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan terlebih dahulu bertujuan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Uji Normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Uji Kolmogorov-Smirnov* dikarenakan subjek lebih dari 50 orang. Hasil uji normalitas selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.4**  
**Hasil Uji Normalitas**

	Perlakuan	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
		Statistik	Df	P
<b>Skor Pengetahuan</b>	Sebelum	0,092	79	0,097
	Sesudah	0,096	79	0,069

Dasar pengambilan keputusan dalam Uji Normalitas sebagai berikut :

1. Jika nilai  $p > 0,05$  maka data berdistribusi normal.
2. Jika nilai  $p < 0,05$  maka data berdistribusi tidak normal

Berdasarkan tabel diatas, nilai  $p$  *pretest* untuk skor pengetahuan sebesar 0,097 dan nilai  $p$  *posttest* untuk skor pengetahuan sebesar 0,069. Dari hasil uji statistik tersebut maka dapat dinyatakan bahwa seluruh data skor pengetahuan tentang anemia pada remaja putri sebelum dan sesudah adalah berdistribusi normal.

#### A. 3 Bivariat

Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah *Paired Samples T-Test* dengan derajat kepercayaan 95% yang bertujuan untuk melihat apakah ada perbedaan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *booklet*. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai signifikan  $p$ , untuk nilai  $p < 0,05$  berarti  $H_0$  ditolak atau hipotesis penelitian diterima.

Pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* tentang anemia pada remaja putri kelas X MIPA 1-X MIPA 4 di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2019, selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.5 sebagai berikut :

**Tabel 4.5**  
**Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Menggunakan Media *Booklet* Tentang Anemia Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2020**

<b>Skor Pengetahuan</b>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>Mean diff</i>	<b>P</b>	<b>n</b>
<b>Sebelum</b>	9,66	2,331			
<b>Sesudah</b>	10,81	2,265	1,152	0,000	79

Rata-rata skor pengetahuan remaja putri sebelum diberi pendidikan kesehatan adalah 9,66 dan sesudah 10,81. Berdasarkan hasil ini dapat terlihat adanya perbedaan rata-rata (*mean*) skor pengetahuan subjek sebelum dan sesudah diberi pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja putri sebesar 1,152. Dari hasil itu didapatkan nilai signifikan p sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) maka dapat dinyatakan hipotesis penelitian diterima yang artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* tentang anemia terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2019.

## **B. Pembahasan**

Penelitian ini merupakan penelitian pra-eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* tentang anemia terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2020. Populasi penelitian ini adalah X MIPA 1-X MIPA 4 dengan besar sampel sebanyak 79 orang dan sesuai dengan rumus *simple random sampling*. Berdasarkan karakteristik usia siswi keseluruhan kelas X MIPA di SMA Negeri 1 Tanah Jawa mayoritas remaja putri terbanyak pada rentang usia 15 tahun sebanyak 43 orang (54,4%). Berdasarkan karakteristik kelas siswi mayoritas remaja putri terbanyak di kelas X MIPA 3 yaitu sebanyak 23 siswi (29,1%).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata (*mean*) skor pengetahuan responden tentang *anemia* pada remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 9,66 dan sesudah 10,81 yang berarti ada perbedaan rata-rata skor pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* sebesar 1,152.

Peningkatan pengetahuan responden diperoleh dengan adanya intervensi pendidikan kesehatan. Hal ini sesuai dengan pendapat yang mendefinisikan pendidikan kesehatan sebagai suatu bentuk kegiatan untuk memberikan dana atau meningkatkan pengetahuan dan praktik dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri (Triwibowo dan Puspahandani Eriisya, 2015).

Dalam meningkatkan pengetahuan seseorang dengan adanya penjelasan dan pengarahan yang diberikan dalam suasana terbuka dengan mengadakan

penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sebagian pengetahuan yang diperoleh seseorang melalui mata dan telinga. Media yang sesuai untuk penjelasan dan pengarahan dapat dimuat dalam bentuk media *booklet* kemudian informasi penjelasan tersebut menjadi sebuah pengetahuan yang akan menunjukkan adanya penerimaan atau penolakan terhadap sesuatu. Berdasarkan hasil penelitian Esra Novita Damanik (2019), mengatakan bahwa *booklet* berpengaruh secara bermakna untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia.

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh nilai signifikan  $p=0,000$  ( $p<0,005$ ), berarti ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan. Hal ini menunjukkan ada pengaruh yang bermakna antara pemberian pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* terhadap tingkat pengetahuan remaja putri.

Penelitian ini didukung oleh Nova Nurrohimah (2017) tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan *Booklet* Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Anemia di SMK MA'ARIF NU CIAMIS. Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata siswi SMK MA'ARIF NU CIAMIS sebelum diberikan pengetahuan sebesar 5,77 (44%) kemudian sesudah diberikan pendidikan kesehatan sebesar 9,62 (74%). Nilai signifikan Pengetahuan 0,000 atau  $p<0,05$ .

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aulia,dkk (2019) Tentang Pengaruh Penyuluhan Dan Media Poster Tentang Anemia Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pada Santriwati (Studi di Pondok Pesantren Al-Bisyri Kota Semarang). Hasil penelitian mengemukakan bahwa ada pengaruh penyuluhan dan media poster secara signifikan terhadap pengetahuan dan sikap ( $p=0,000$ ).

Menurut penelitian lain yang dilakukan oleh Rokhmawati (2015), dalam jurnal Tentang Efek Penyuluhan Gizi Dengan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Kristen 1 Surakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perbedaan rata-rata skor pengetahuan tentang anemia pada remaja putri sebelum 19,47 dan sesudah 22,73. Terdapatnya perbedaan pengetahuan tentang anemia sebelum dan sesudah diberikan media leaflet di SMP Kristen 1 Surakarta dengan nilai  $p=0,000$ . Jadi dapat disimpulkan bahwasanya ada pengaruh dalam pemberian pendidikan kesehatan lebih efektif dengan menggunakan media pembelajaran.

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan (Mubarak, 2013). Pendidikan akan membentuk dan mempengaruhi seseorang didalam menerima suatu informasi yang pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya akan semakin banyak (meningkat). Selain pendidikan pengetahuan tentang anemia diperoleh dari informasi ataupun pengalaman yang didapatkan di lingkungan. Ketika responden berinteraksi dengan orang lain atau orang yang disekitar melakukan perbincangan mengenai anemia, maka hasil yang diperoleh berkaitan dengan anemia menjadi sumber informasi bagi remaja putri tentang pengetahuan dan pencegahan anemia yang benar.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian mengenai Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Menggunakan Media *Booklet* Tentang Anemia Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Tanah Jawa Tahun 2020 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *anemia* pada remaja putri mayoritas skor pengetahuan remaja putri adalah 8-10 dengan jumlah remaja putri 36 orang (45,5%). Sedangkan skor pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan adalah 11-14 dengan jumlah remaja putri 40 orang (50,6%).
2. Skor rata-rata pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 9,66 dan setelah diberikannya pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja putri skor pengetahuan terjadi peningkatan menjadi 10,81.
3. Hasil uji statistik dengan uji *T-test (Paired T-test)* didapat, nilai *p* value 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan berpengaruh dalam peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia.

### **B. Saran**

1. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat melakukan penelitian mengenai anemia dan permasalahannya dengan menambah variabel dan metode lainnya serta menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan acuan.
2. Bagi Institusi Pendidikan Poltekkes Kemenkes RI Medan  
Penelitian ini hendaknya dapat menambah referensi kepada mahasiswa tentang peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia sehingga mahasiswa dapat meningkatkan keterampilan dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja ditahap awal.
3. Bagi Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tanah Jawa  
Bagi pihak sekolah diharapkan untuk bisa memberikan informasi tentang anemia sedini mungkin melalui UKS serta mengadakan kerjasama dengan tenaga kesehatan untuk mengadakan pendidikan kesehatan khususnya dalam hal mengenai anemia agar dapat meningkatkan pengetahuan siswi dan dalam pencegahan terjadinya anemia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afnuhazi, R. 2015. *Komunikasi Terapiutik Dalam Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Ani, Luh Seri. 2013. *Anemia Defisiensi Besi: Masa Prahamil dan Hamil, Buku Saku*. Jakarta: EGC
- Bagaray, F. E. K., (2016). Efektifitas DHE Dengan Media *Booklet* dan Media *Flip Chart* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut Siswa SDN 126 Manado. *Jurnal e-Gigi Volume 4 Nomor 2*. Hlm 76-82
- Briawan, Dodik. 2014. *Anemia: Masalah Gizi pada Remaja Wanita*. Jakarta: EGC
- Damanik, E. N. 2019. *Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Dengan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswi SMA Swasta Trisakti Lubuk Pakam*. Skripsi
- Hamdani, M. 2013. *Promosi Kesehatan untuk Kebidanan*. Jakarta: CV.Trans Info Media
- Hapsari, C. M. 2013. Efektifitas Komunikasi Media *Booklet* “Anak Alami” Sebagai Media Penyampaian Pesan *Gentle Birthing Service*. *Jurnal E-Komunikasi Vol I. No. 3*. Hlm 264-275
- Jitowiyono, Sugeng. 2018. *Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Gangguan Sistem Hematologi*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI
- Kiswari, Rukman. 2014. *Hematologi dan Transfusi*. Jakarta: Erlangga
- Kumalasari, Intan dan Iwan Andhyantoro. 2013. *Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Mardalena, Ida. 2017. *Dasar-dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Moehji, Sjahmien. 2017. *Dasar-dasar Ilmu Gizi 2*. Jakarta: Pustaka Kemang
- Mubarak, W. I. 2013. *Promosi Kesehatan:Sebuah Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2017. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nurrohimah, N. 2017. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Booklet Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Anemia Di SMK MA'ARIF NU CIAMIS*.
- Parawiyati, W. Sumaker, dan D. Mardiningsih (2014). *Pengaruh media booklet pada peningkatan pengetahuan peternakan kambing tentang penyakit scabies di KTT NGUPOYO SATO DESA WONOSARI Kecamatan Patebon*, *Animal Agriculture Journal* 3 (4): 581-585
- Prastowo, A. 2011. *Panduan Kreatif Membuat Bahan Ajar Inovatif*. Yogyakarta: Diva Press
- Purnamasari, Dyah Umiyarni. 2018. *Panduan Gizi dan Kesehatan Anak Sekolah*. Yogyakarta: Andi

- Rokhmawati, I. A. 2015. *Efek Penyuluhan Gizi Dengan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Di SMP Kristen 1 Surakarta*. Naskah Publikasi
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan RD*. Bandung: Alfabeta
- Sulistiyorini, Etik dan Siti Maesaroh. 2019. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Anemia dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Zat Besi di RW 12 Genengan Mojosongo Jebres Surakarta*, Vol. 10 No. 2, Hal 110-121
- Sulistiyowati, A. M., Rahfiludin, M. Z., & Kartini, A. 2019. *Pengaruh Penyuluhan Dan Media Poster Tentang Anemia Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pada Santriwati (Studi Di Pondok Pesantren Al-Bisyri Kota Semarang)*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 7 No. 4.
- Triwibowo, C., & Puspahandani, M. E. 2015. *Pengantar Dasar : Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Wawan, A & M Dewi. 2013. *Teori dan Pengetahuan, Sikap & Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Winarsih, 2018. *Pengantar Ilmu Gizi dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Yuni, Erlina Natalia. 2019. *Kelainan Darah*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Yusria, Dedi Irawan dan Yunita Fauzi. 2019. *Status Gizi dan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia Besi pada Remaja Putri di SMP Negeri 7 Kota Langsa*, Vol. 2 No. 2, Hal 123-129