



EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN MEDIA POSTER TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG TABLET FE

¹⁾ Renti Fortina, ²⁾ Lisviarose, ³⁾ Fatma Nadia ⁴⁾ Wira Ekdeni Aifa

¹⁻⁴ Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyrah, Fakultas Kesehatan, Program Studi S1 Kebidanan, Pekanbaru, Indonesia

E-mail: ¹⁾ Rentifortina@gmail.com

Kata Kunci:

Pendidikan Kesehatan, Poster, Pengetahuan, Tablet Fe

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Tujuan penelitian ini untuk Mengetahui Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Poster Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu. Metode Tugas Akhir : Jenis Penelitian ini adalah pre-experiment dengan rancangan penelitian one group pretest posttest. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Hasil : Pengetahuan remaja putri setelah diberikan Pendidikan Kesehatan memiliki kategori baik sebanyak 68 orang (84,0%), kategori cukup sebanyak 9 orang (11,1%) dan kategori kurang sebanyak 4 orang (4,9%). Dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan memiliki kategori baik sebanyak 77 orang (95,1%), kategori cukup sebanyak 3 orang (3,7%) dan kategori kurang sebanyak 1 orang (1,2%). Berdasarkan hasil uji Wicoxon, hasil $p = 0,000$ yang berarti nilai p value ($<0,05$) sehingga, H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya dikatakan signifikan antara pengetahuan remaja putri sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu. Kesimpulan : Dikatakan signifikan antara pengetahuan remaja putri sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu.

Keywords:

Health Education, Poster, Knowledge, Iron (Fe) Tablets

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood during which individuals experience various changes, including hormonal, physical, psychological, and social changes. This study aimed to determine the effectiveness of health education using poster media on the knowledge of female adolescents regarding iron (Fe) tablets at SMKN 1 Kelayang, Indragiri Hulu Regency. Methods: This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. Data were analyzed using the Wilcoxon test. Results: Prior to the provision of health education, the knowledge of female adolescents was categorized as good in 68 respondents (84.0%), sufficient in 9 respondents (11.1%), and poor in 4 respondents (4.9%). After the health education intervention, knowledge levels improved, with 77 respondents (95.1%) in the good category, 3 respondents (3.7%) in the sufficient category, and 1 respondent (1.2%) in the poor category. The Wilcoxon test showed a p -value of 0.000 (< 0.05), indicating a statistically significant difference in the knowledge of female adolescents before and after receiving health education about Fe tablets at SMKN 1 Kelayang, Indragiri Hulu Regency. Conclusion: There is a significant difference in the knowledge of female adolescents before and after the provision of health education regarding Fe tablets at SMKN 1 Kelayang, Indragiri Hulu Regency.

Info Artikel

Tanggal dikirim: 13 Januari 2026
Tanggal direvisi: 18 Januari 2026
Tanggal diterima: 31 Januari 2026
DOI Artikel: 10.58794/jubidav5i1.1967



PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja akan mengalami berbagai perubahan pada periode ini meliputi perubahan hormonal, fisik psikologis, dan sosial. Perubahan fisik yang menonjol adalah perkembangan tanda-tanda seks sekunder, terjadinya pertumbuhan, serta perubahan perilaku. Kematangan seksual terjadi melalui tahapan-tahapan yang teratur akhirnya mengantarkan anak siap dengan fungsi reproduksinya [1].

Prevalensi anemia secara global berkisar 40-88%, dan angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7%. Prevalensi kejadian anemia di Amerika Serikat sebanyak 2% - 10%. Di Mexico prevalensinya mencapai 22% pada Wanita. Di India angka kejadian anemia lebih dari 50% yang terjadi pada kelompok rentan wanita hamil, bayi, anak kecil dan remaja [1]. Pada tahun 2021, persentase remaja putri yang mengonsumsi TTD tercatat 35,68%, masih di bawah target Kementerian Kesehatan yang sebesar 52%. Data tahun 2023 menunjukkan bahwa 76% remaja putri telah menerima TTD dalam 12 bulan terakhir, namun hanya 1,4% yang mengonsumsinya sesuai anjuran [2].

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, persentase anemia pada remaja putri dengan kelompok umur 14-24 tahun yaitu 18,0% dimana 15,6% berada pada tingkat pendidikan SLTP/MTS. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Riau kejadian anemia pada remaja putri tahun 2020 yaitu sekitar 25,1% dimana 19,4% berada pada usia 15-24 tahun [3].

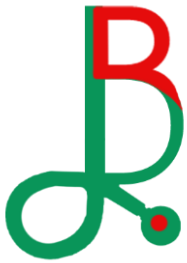
Gejala anemia antara lain hilangnya nafsu makan, sulit konsentrasi, melemahnya daya tahan tubuh, dan gangguan perilaku atau lebih dikenal dengan gejala 5L (Lemas, Letih, Lesu, Letih, Lemas), wajah pucat dan pusing. Anemia merupakan masalah mikronutrien yang utama karena menyebabkan berbagai komplikasi pada bayi baru lahir dan wanita. Anemia pada remaja berdampak pada berkurangnya konsentrasi dalam belajar, berkurangnya kebugaran jasmani dan pertumbuhan, sehingga tinggi dan berat badan tidak mencapai normal [3].

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri yaitu dengan cara memberikan pendidikan kesehatan menggunakan media poster. Poster ialah suatu gambar yang mengkombinasikan unsur-unsur visual seperti garis, gambar, dan kata-kata dengan maksud menarik perhatian dan mengkomunikasikan secara singkat [4].

Penyuluhan dilakukan agar remaja putri mengetahui pentingnya zat gizi Fe untuk kebutuhannya. Penyuluhan dapat dilakukan dengan alat bantu/media untuk penyampaian pesan tentang pentingnya minum tablet Fe untuk remaja putri. Salah satu alat bantu/media adalah poster. Media poster merupakan media cetak yang berisi pesan informasi kesehatan yang memiliki kelebihan menggunakan gambar sehingga menarik untuk dilihat dan dibaca, bentuknya sederhana, pembuatannya mudah dan harganya murah [5].

Berdasarkan penelitian oleh [6], menunjukkan bahwa pengetahuan responden sebelum diberikan Pendidikan dengan media poster tergolong sedang yaitu 61,5%. Dari hasil penelitian tersebut maka tingkat pengetahuan anemia remaja putri di Kabupaten Sukoharjo masuk ke dalam kategori sedang [6].

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada siswi putri di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu, dari 13 siswa mempunyai hasil bahwa terdapat 7 siswa yang mempunyai kadar hemoglobin 8-10,9 gr/dl maka ditetapkan terkena anemia sedang, terdapat 3 siswa yang mempunyai kadar hemoglobin 11-11,9 gr/dl maka ditetapkan terkena anemia ringan dan terdapat 3 siswa yang mempunyai kadar hemoglobin >12 gr/dl maka ditetapkan tidak anemia. Tujuan penelitian ini untuk Mengetahui Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Poster Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu.



TINJAUAN PUSTAKA

Penelitian oleh Yessiana Luthfia Bahri tahun 2022, hasil penelitian menyimpulkan hasil uji statistik uji t dependen (paired t-test) diperoleh nilai $P 0,00 < 0,05$ yang artinya ada perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri tentang pentingnya minum tablet fe sebelum dan sesudah promosi kesehatan melalui media poster [5].

Penelitian oleh Melia Sherly Otaverina tahun 2022, hasil analisis perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian Pendidikan dengan uji Wilcoxon Signed Ranks Test $p\text{-value} = 0,000$. Ada peningkatan pengetahuan dari sebelum dan sesudah pemberian media poster [4].

Penelitian oleh Al – Aika Meilisa tahun 2024, Hasil penelitian ini menunjukkan responden yang memiliki pengetahuan baik tentang anemia dan tablet tambah darah sebanyak 42 responden (55,3%), yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 21 responden (27,6%), dan yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 13 responden (17,1%). Berdasarkan usia yaitu kategori 15 tahun yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 7 responden (9,2%), kategori usia 16 tahun yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 26 responden (34,2%) dan kategori 17 tahun yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 9 responden (11,8%) [7].

Penelitian oleh Andi Nurhikma Mahdi, tahun 2023, hasil penelitian diperoleh rata-rata tingkat pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 8,19 sedangkan nilai rata-rata sesudah diberikan pendidikan kesehatan didapatkan 16,19. Hasil uji t diperoleh nilai $p = 0,0000 < 0,05$ yang berarti ada perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah intervensi [1].

Penelitian oleh Dina Apriyanti thun 2024, Dari 40 responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan leaflet didapatkan mean 8,17, dan sesudah mean meningkat menjadi 13,25, sedangkan penggunaan booklet didapatkan mean 8,05, dan sesudah mean meningkat menjadi 11,90. P Value 0,018 ($p < \alpha 0,05$), menunjukkan ada perbedaan hasil peningkatan yang signifikan antara kedua intervensi yang digunakan (leaflet lebih baik dari booklet) [8].

Maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan dan promosi kesehatan menggunakan media cetak seperti poster, leaflet, dan booklet secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pentingnya konsumsi tablet Fe dan pencegahan anemia, yang ditunjukkan oleh perbedaan bermakna antara pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$) pada seluruh penelitian.

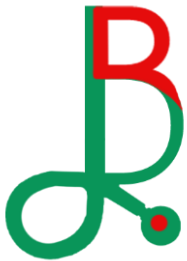
Berdasarkan kerangka konsep diatas, dapat dituliskan hipotesis penelitian yaitu:

Ha : Diduga Ada Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Poster Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu.

H0 : Tidak Diduga Ada Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Poster Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu.

METODE

Jenis Penelitian ini adalah pre-experiment dengan rancangan penelitian one group pretest posttest, dimana hanya menggunakan satu group subyek penelitian yang terlebih dahulu akan diberikan tes awal (pretest) untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan awal remaja putri sebelum diberikan perlakuan, yaitu pendidikan kesehatan menggunakan media poster. Setelah selesai perlakuan, selanjutnya remaja putri akan diberikan tes akhir (posttest) untuk mengetahui sejauh mana pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media poster terhadap pengetahuan remaja putri tentang tablet FE.



Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja putri di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu yang berjumlah 103 siswi. Jumlah sampel yang diperlukan dalam penelitian ini adalah sebanyak 81 siswi. Dalam Penelitian ini sampel diambil dengan menggunakan teknik *Simple random sampling*. Analisis data menggunakan uji normalitas dengan Kolmogorov Smirnov.

Instrument pada penelitian ini berupa kuesioner yang digunakan sebagai alat ukur Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet FE sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan menggunakan poster di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu. Kuesioner penelitian terdiri dari 20 pertanyaan dalam bentuk *multiple choice* artinya semua jawaban sudah disediakan oleh peneliti dan hanya tinggal menjawab dengan benar atas pertanyaan yang diajukan, maka diberi skor (1) jika jawaban benar sedangkan diberi skor (0) jika jawaban salah. Kuesioner ini telah diuji validitas dan reabilitas oleh penelitian sebelumnya [9] yang berjudul “Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah Di SMP Swasta Nasional Kabupaten Langkat Tahun 2021”. Hasil uji validitas dari penelitian sebelumnya yaitu setiap butir pertanyaan mempunyai koefisien korelasi terhadap total nilai pengetahuan dengan signifikan $r > 0,444$ dengan demikian pertanyaan dikatakan valid dan setelah dilakukan uji realibilitas didapatkan nilai alpa yaitu $769 \geq 0,6$ maka dapat dinyatakan bahwa alat ukur dalam penelitian ini reliabel.

Berdasarkan hasil penghitungan, kemudian hasilnya di interprestasikan dalam beberapa kategori yaitu [7] :

1. Baik : skor 76%-100%
2. Cukup : skor 56%-75%
3. Kurang: <56%

HASIL

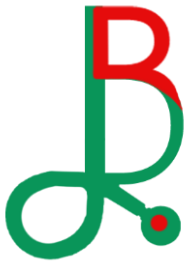
Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Pendidikan Kesehatan

No.	Pre-Test Pengetahuan Remaja Putri	Jumlah	Persentase (%)
1.	Baik	68	84,0
2.	Cukup	9	11,1
3.	Kurang	4	4,9
	Total	81	100,0

Pada tabel 1, menunjukkan bahwa dari 81 responden pengetahuan remaja putri setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu memiliki kategori baik sebanyak 68 orang dengan persentase 84,0%, kategori cukup sebanyak 9 orang dengan persentase 11,1% dan kategori kurang sebanyak 4 orang dengan persentase 4,9%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Setelah Pendidikan Kesehatan

No.	Post-Test Pengetahuan Remaja Putri	Jumlah	Persentase (%)
1.	Baik	77	95,1
2.	Cukup	3	3,7
3.	Kurang	1	1,2
	Total	81	100,0



Pada tabel 2, menunjukkan bahwa dari 81 responden pengetahuan remaja putri setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu memiliki kategori baik sebanyak 77 orang dengan persentase 95,1%, kategori cukup sebanyak 3 orang dengan persentase 3,7% dan kategori kurang sebanyak 1 orang dengan persentase 1,2%.

Tabel 3. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Poster Terhadap Pengetahuan Remaja Putri

Pengetahuan	Mean	SD	Selisih Mean	P Value
Pre-Test	1,21	.518	2	
Post-Test	1,06	.289	2	0,000

Berdasarkan tabel 3, setelah dilakukan uji wilcoxon dengan hasil $p = 0,000$ yang berarti nilai p value ($<0,05$) sehingga, H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya dikatakan signifikan antara pengetahuan remaja putri sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE dan pengetahuan remaja putri setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa, setelah dilakukan uji wilcoxon dengan hasil $p = 0,000$ yang berarti nilai p value ($<0,05$) sehingga, H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya dikatakan signifikan antara pengetahuan remaja putri sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE dan pengetahuan remaja putri setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh [10], terdapat 64 responden (88,9%) yang mengalami peningkatan skor dan 8 responden (11,1%) yang memiliki skor tetap, sedangkan responden yang mengalami penurunan skor tidak ada. Nilai p -value yang diperoleh yaitu $p < 0,001$ ($<0,05$) yang artinya terdapat pengaruh penyuluhan gizi melalui media poster terhadap pengetahuan.

Sejalan dengan penelitian [4], hasil analisis perbedaan pengetahuan pre-test dan post-test responden mengenai pendidikan anemia dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test yang kemudian didapatkan hasil p -value sebesar 0,000. Hasil ini menunjukkan adanya hasil peningkatan yang signifikan antara pengetahuan responden sebelum pemberian Pendidikan dan setelah pemberian Pendidikan menggunakan media poster.

Berdasarkan penelitian oleh [1], hasil uji paired sample t-test, diperoleh nilai $p = 0,000$ ($<0,05$) maka dinyatakan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

Sebagian besar remaja putri mulai mengalami menstruasi pada usia 12 tahun atau rata-rata 2 hingga 3 tahun setelah dimulainya perkembangan payudara. Perubahan tubuh ini dapat menimbulkan rasa ingin tahu dan kecemasan pada beberapa orang, terutama jika tidak tahu mana yang normal dan mana yang tidak. Secara kognitif, remaja pada tahap ini sudah mulai mengalami peningkatan minat intelektual. Mereka juga memiliki pemikiran yang konkrit, seperti mulai mencari kebenaran dari suatu hal, baik atau buruk, dan sebagainya. Selain itu, pada tahap ini remaja juga mulai memusatkan pemikiran mereka sendiri (egosentrisme) [1].

Hasil penelitian sesuai dengan fase yang normal terjadi setelah dilakukan pendidikan kesehatan, dimana tujuan serta hasil yang diharapkan dari pendidikan kesehatan adalah terjadi peningkatan pengetahuan, perubahan kebiasaan serta proses menyadarkan orang lain dalam berperilaku kearah



kesehatan yang lebih baik. Pengetahuan akan mempengaruhi sikap, tindakan, pemikiran seseorang, dimana setiap orang yang biasanya memiliki tingkat pengetahuan yang bervariasi, masing-masing memiliki karakteristik yang berbeda [1].

Hal ini menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe terhadap pengetahuan remaja putri [1].

Penyuluhan kesehatan mengenai reproduksi terhadap peningkatan pengetahuan anemia dan tablet Fe pada remaja putri mendapatkan hasil analisis statistik dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha (0,05)$ pada 32 responden yang artinya H_a diterima dan H_o ditolak. Penyuluhan kesehatan reproduksi remaja merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri karena dengan diberikan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan tablet tambah darah [1].

Pengetahuan tentang konsumsi tablet tambah darah sangat berpengaruh terhadap sikap dalam mengonsumsi tablet tambah darah sejak dini. Pengetahuan tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah membawa remaja putri untuk berfikir dan berusaha supaya dapat menghindari terjadinya anemia defisiensi besi pada remaja putri [1].

Pendidikan kesehatan adalah salah satu strategi yang baik untuk meningkatkan pengetahuan, karena dengan pendidikan kesehatan dapat memberikan informasi yang jelas mudah di pahami dan dimengerti oleh responden sehingga dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe [1].

Terjadi peningkatan yang signifikan setelah pendidikan kesehatan antara hasil pretest dan posttest. Pada pretest, sebagian besar siswi memberikan jawaban yang kurang tepat terkait pertanyaan mengenai pengertian, tujuan, manfaat, dan aturan mengonsumsi tablet tambah darah. Namun, setelah diberikan pendidikan kesehatan, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan. Jawaban yang sebelumnya banyak salah, kini menunjukkan peningkatan dengan lebih banyak siswi yang menjawab benar pada pertanyaan-pertanyaan terkait pengertian, tujuan, manfaat, dan aturan konsumsi tablet tambah darah [2].

Peneliti berasumsi bahwa bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media poster efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah (Tablet Fe) di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu. Hal ini terlihat dari adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan, yang menunjukkan bahwa metode ini mampu menarik perhatian, mempermudah pemahaman, serta memperkuat daya ingat remaja terhadap informasi yang disampaikan. Peneliti meyakini bahwa penggunaan media visual seperti poster menjadi strategi edukatif yang efektif karena melibatkan indera penglihatan yang dominan dalam proses belajar remaja.

Selain itu, peneliti berasumsi bahwa peningkatan pengetahuan juga dipengaruhi oleh faktor usia dan perkembangan kognitif remaja yang sedang berada pada tahap ingin tahu tinggi dan mampu berpikir lebih rasional terhadap informasi baru. Melalui penyuluhan kesehatan yang menarik dan relevan dengan kebutuhan remaja, mereka menjadi lebih sadar akan pentingnya konsumsi tablet Fe untuk mencegah anemia. Dengan demikian, peneliti berasumsi bahwa pendidikan kesehatan berbasis media poster tidak hanya efektif dalam meningkatkan pengetahuan, tetapi juga berpotensi mengubah sikap dan perilaku remaja menuju pola hidup sehat.



KESIMPULAN

Pengetahuan remaja putri setelah diberikan Pendidikan Kesehatan memiliki kategori baik sebanyak 68 orang (84,0%), kategori cukup sebanyak 9 orang (11,1%) dan kategori kurang sebanyak 4 orang (4,9%).

Pengetahuan remaja putri setelah diberikan Pendidikan Kesehatan memiliki kategori baik sebanyak 77 orang (95,1%), kategori cukup sebanyak 3 orang (3,7%) dan kategori kurang sebanyak 1 orang (1,2%).

Berdasarkan hasil uji Wicoxon, hasil $p = 0,000$ yang berarti nilai p value ($<0,05$) sehingga, H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya dikatakan signifikan antara pengetahuan remaja putri sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu.

Diharapkan remaja putri dapat terus meningkatkan kesadaran dan kebiasaan untuk mengonsumsi tablet Fe secara rutin sesuai anjuran petugas kesehatan. Pengetahuan yang telah diperoleh dari pendidikan kesehatan hendaknya diterapkan dalam kehidupan sehari-hari agar dapat mencegah anemia dan menjaga kesehatan selama masa pertumbuhan serta masa reproduksi.

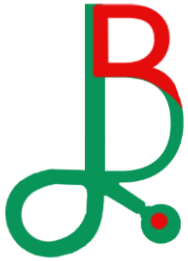
Disarankan bagi Institusi Pendidikan, untuk menjadikan hasil penelitian ini sebagai acuan dalam menyusun dan melaksanakan program pendidikan kesehatan secara berkala. Sekolah dapat bekerja sama dengan pihak puskesmas atau tenaga kesehatan untuk mengadakan penyuluhan tentang pentingnya tablet Fe dengan menggunakan media yang menarik seperti poster, sehingga dapat menciptakan lingkungan sekolah yang lebih peduli terhadap kesehatan remaja.

Disarankan bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan metode eksperimen yang lebih kompleks, melibatkan sampel yang lebih besar, atau memperpanjang waktu intervensi untuk melihat dampak jangka panjang dari pendidikan kesehatan. Selain itu, perlu dilakukan penelitian lanjutan yang menilai tidak hanya pengetahuan, tetapi juga perubahan sikap dan perilaku remaja putri terhadap konsumsi tablet Fe.

Disarankan bagi peneliti, agar terus mengembangkan penelitian sejenis dengan memperluas cakupan responden dan menambahkan variabel lain seperti sikap dan perilaku, sehingga hasilnya dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai dampak pendidikan kesehatan terhadap remaja. Peneliti selanjutnya juga dapat membandingkan efektivitas berbagai media edukasi seperti video, leaflet, atau media digital agar diperoleh metode yang paling optimal dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang tablet Fe.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] A. N. Mahdi, Usman, and T. S. Hasiu, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pentingnya Konsumsi Tablet FE," *J. Keperawatan Trop. Papua*, vol. 06, no. 1, pp. 6–11, 2023.
- [2] H. Noviyanti, R. Mulyati, and S. Wulandari, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Scrapbook Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah," *J. Keperawatan*, vol. 17, no. 2, pp. 455–462, 2025.
- [3] R. Afifah, "Gambaran Kebiasaan Konsumsi Teh Dan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di MTsN 3 Kota Pekanbaru," 2024.
- [4] A. S. Otaverina, "PENGARUH MEDIA POSTER TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN ANEMIA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 KARTASURA," 2022.
- [5] Y. L. Bahri, "Pengaruh Media Poster Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang



- Pentingnya Minum Tablet FE Di SMP Negeri 3 Batanghari Nuban,” *J. midwifery Sci.*, vol. 1, no. 2, 2022, doi: <https://doi.org/10.54816/jms.v1i2.536> Yessiana.
- [6] Muwakidah, F. D. Fatih, and T. Primadani, “Efektivitas Pendidikan Dengan Media Booklet, Leaflet dan Poster Terhadap Pengeahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri.URECOL,” 2021.
- [7] A.-A. Meilisa, “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dan Tablet Tambah Darah Di SMK Negeri 2 Palangka Raya,” 2024.
- [8] D. Apriyanti and N. R. Prihatanti, “Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Booklet dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah Di SMPN 16 Banjarmasin Tahun 2024,” *J. Penelit. Multidisiplin Bangsa*, vol. 1, no. 8, pp. 1467–1477, 2025, [Online]. Available: <https://ejournal.amirulbangunbangsapublishing.com/index.php/jpnmb/index>.
- [9] P. Lana, “Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah Di SMP Swasta Nasional Kabupaten Langkat Tahun 2021,” 2021.
- [10] A. Kurnianti, “Pengaruh Penyuluhan Gizi Melalui Media Poster Tentang Makanan Jajanan Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Siswa Di SD Negeri 4 Kalibagor Banyumas,” 2023.