

**Pengaruh Intervensi Edukasi Metode CBIA (Cara Belajar Insan Aktif) Terhadap Pengetahuan Penggunaan Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri SMAN 4 Banda Aceh**

*(The Effect of CBIA (Cara Belajar Insan Aktif) Method Educational Intervention on Knowledge of the Use of Blood Addition Tablets in Adolescent Girls of SMAN 4 Banda Aceh)*

**Maria Irwani<sup>1</sup>, Shuci Rosyta<sup>2</sup>, Burdah<sup>3</sup>, Amelia Sari<sup>3</sup>, Ernita Silviana<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>. Poltekkes Kemenkes Aceh. <sup>2</sup>. Poltekkes Kemenkes Aceh.

<sup>3</sup>. Poltekkes Kemenkes Aceh. <sup>4</sup>. Poltekkes Kemenkes Aceh.

\*email : mariairwani35@gmail.com

**ABSTRAK**

Remaja putri (Rematri) memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami masa pertumbuhan dan menstruasi setiap bulannya sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. Tingginya angka kejadian anemia pada rematri dikarenakan masih banyaknya rematri yang tidak terbiasa mengonsumsi tablet Fe saat menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan dalam mengonsumsi tablet Fe pada rematri masih rendah. Penelitian ini menggunakan metode CBIA, Tujuan CBIA adalah meningkatkan kemampuan siswi kelas X SMAN 4 Banda Aceh agar dapat menelaah informasi secara kritis dan mandiri dalam mencari informasi obat, sehingga intervensi menjadi lebih aman dan efisien. Kelebihan atau keunggulan metode ini adalah tidak membosankan, karena terjadi dialog interaktif antara siswi dan narasumber sehingga membuat siswi lebih cepat memahami dan menggunakan obat. Karakteristik responden pada penelitian ini mencakup kelas dan umur, responden berdasarkan kelas yaitu 100% kelas X (sepuluh) dari 60 responden. Dan responden berdasarkan umur yaitu 61.7% berumur 15 tahun dan 38.3% berumur 16 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa CBIA tidak hanya meningkatkan pengetahuan, namun juga meningkatkan kesadaran siswi akan pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah bagi rematri secara teratur. Hasil uji bivariat menggunakan paired T-Test pada pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan menunjukkan bahwa adanya perubahan pengetahuan. Hal ini dibuktikan dari nilai p value 0,004 ( $p < 0,05$ ) yang disimpulkan bahwa “ $H_0$  ditolak” karena adanya peningkatan pengetahuan remaja putri SMAN 4 Banda Aceh setelah diberikan penyuluhan.

Kata kunci: CBIA, Anemia, Tablet Tambah Darah (tablet Fe).

### ABSTRACT

Adolescent girls have a ten times greater risk of suffering from anemia compared to young men. This is because adolescent girls experience a period of growth and menstruation every month so that they need more iron intake. Besides that, imbalance in nutrient intake is also a cause of anemia in adolescents. The high incidence of anemia in adolescent girls is due to the fact that many adolescent girls are not accustomed to taking Fe tablets during menstruation. This shows that the knowledge of taking Fe tablets in adolescent girls is still low. This study used the CBIA method, the purpose of CBIA is to improve the ability of class X students of SMAN 4 Banda Aceh to be able to examine information critically and independently in finding drug information, so that interventions become safer and more efficient. The advantage of this method is that it is not boring, because there is an interactive dialog between students and speakers so that it makes students understand and use drugs more quickly. The characteristics of respondents in this study include class and age, respondents based on class are 100% class X (ten) of 60 respondents. And respondents based on age are 61.7% aged 15 years and 38.3% aged 16 years. The results of this study showed that CBIA not only increased knowledge, but also increased female students' awareness of the importance of taking blood supplement tablets for adolescent girls regularly. The results of the bivariate test using paired T-Test on knowledge before and after counseling showed that there was a change in knowledge. This is evidenced by the p value of 0.004 ( $p < 0.05$ ) which concluded that "H<sub>0</sub> is rejected" because there is an increase in the knowledge of adolescent girls SMAN 4 Banda Aceh after being given counseling.

Keywords: CBIA, Anemia, Blood Addition Tablets (Fe tablets).

### PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa. Pada masa ini remaja memerlukan kebutuhan gizi yang cukup untuk memenuhi kebutuhannya. Karena pada masa ini pertumbuhan dan perkembangan remaja sangat cepat. Masalah gizi pada remaja yang biasa ditemukan adalah kekurangan energi dan protein, anemia, serta defisiensi berbagai macam vitamin dan mineral (Energi PA, 2013).

Remaja putri (Rematri) memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan

sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja (Salemba Medika, 2010).

Anemia didefinisikan sebagai suatu keadaan dimana rendahnya konsentrasi hemoglobin (Hb) atau hematokrit berdasarkan nilai ambang batas yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan Hb, meningkatnya kerusakan eritrosit (hemolisis), atau kehilangan darah yang berlebihan (Gizi, 2017).

Bahaya anemia jika dialami oleh rematri diantaranya keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku dan

emosi. Hal ini dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menurunkan daya tahan tubuh, mudah lemas dan lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun serta dapat mengakibatkan produktifitas kerja yang rendah (Wibowo et al., 2013).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2013) prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Dan berdasarkan hasil RISKESDAS tahun 2010 bahwa prevalensi anemia di Indonesia sebesar 21,7%. Prevalensi anemia pada wanita di Indonesia sebesar 23,9%, sedangkan prevalensi anemia pada wanita umur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan umur 15-24 tahun sebesar 18,4% (Riskesdas, 2013).

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri dikarenakan masih banyaknya remaja putri yang tidak terbiasa mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan dalam mengkonsumsi tablet Fe pada remaja putri masih rendah (Muliani, 2018).

Tingkat pengetahuan pada remaja akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan disekolah maupun dirumah yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat tablet Fe. Pengetahuan

tentang manfaat tablet Fe yang baik dapat mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga mencapai status gizi yang baik. Penyuluhan tentang manfaat tablet Fe sangat penting untuk menambah pengetahuan remaja sehingga perlu diberikan edukasi agar dapat merubah perilakunya dalam mengkonsumsi tablet Fe (Sediaoetama, 2014).

Beberapa metode edukasi yang dapat digunakan untuk memberikan pengetahuan remaja putri tentang penggunaan tablet tambah darah agar terhindar dari bahaya anemi, antara lain, metode konseling, pendidikan melalui sekolah, kuliah atau seminar, diskusi kelompok kecil atau *focus group discussion* (FGD), media massa, pameran, dan cara belajar insan aktif (CBIA).

Menurut penelitian Susilowati pada tahun 2012, terjadi peningkatan pengetahuan tentang penggunaan obat yang sangat besar terhadap anggota istri karyawan Pindad dengan menggunakan metode edukasi cara belajar insan aktif (CBIA) sebesar 68,66%. Hal ini sesuai dengan tujuan dari CBIA yaitu untuk mengembangkan kemampuan menggali sumber informasi dan meningkatkan kebiasaan berpikir kreatif dan kritis untuk memecahkan masalah. Dibandingkan dengan format seminar, CBIA terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan

tentang pemilihan dan pengurangan obat bulanan (Suryawati, 2003).

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian kepada siswi SMAN 4 Banda Aceh tentang Penggunaan Tablet Tambah darah yang merupakan upaya untuk menurunkan tingkat kasus anemia pada remaja.

## METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif analitik yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran yang terjadi di masyarakat. Melalui penelitian ini dapat diketahui hubungan intervensi edukasi metode CBIA terhadap pengetahuan penggunaan tablet tambah darah pada remaja putri. Penelitian telah dilakukan pada tahun 2023 di SMAN 4 Banda Aceh dengan populasi adalah seluruh siswi SMAN 4 Banda Aceh pada kelas X dan berjumlah 149 siswi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah Teknik *Probability Sampling* yaitu *Proporsional Stratified Random Sampling*. *Proporsional sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang memperhatikan pembagian atau perbandingan jumlah sampel yang akan diambil dalam satu wilayah. Kriteria Inklusi sampel pada penelitian ini yaitu siswi aktif SMAN 4 Banda aceh kelas X, dan siswi yang bersedia menjadi responden.

Jumlah sampel pada penelitian ini ditentukan berdasarkan rumus Slovin (1960)

$$\text{yaitu : } n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Dimana :

n = Besar sampel

N = Besar populasi

d = Deviasi (90% atau 0,1)

Dari hasil perhitungan menggunakan rumus Slovin, maka jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Proporsional Stratified Random Sampling*.

Pengukuran dalam penelitian ini adalah menggunakan instrumen kuesioner (angket) yang akan dibagikan kepada responden. Proses pembuatan kuesioner dilakukan dengan merancang sejumlah pertanyaan yang berjumlah 19 item dirujuk dari penelitian (Murnariswari,) dengan menggunakan skala *Guttman* dimana jawaban yang didapatkan bersifat tegas dan memiliki dua alternatif jawaban yaitu “benar” atau “salah”. Untuk setiap pertanyaan kriterianya adalah :

1. Jika jawaban benar diberi skor = 1
2. Jika jawaban salah diberi skor = 0

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan hasil data kuesioner (angket) yang telah dibagikan yang berisi sejumlah pertanyaan yang telah dijawab

oleh responden mengenai pengaruh intervensi edukasi metode CBIA (Cara Belajar Insan Aktif) terhadap pengetahuan penggunaan tablet tambah darah pada remaja putri SMAN 4 Banda Aceh.

Analisis data penelitian menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau melakukan deskripsi karakteristik variabel penelitian. Untuk mengetahui persentase tiap variabel, digunakan rumus sebagai berikut:

$$p = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

f = Jumlah jawaban yang benar

N = Jumlah soal

Analisis Bivariat yaitu untuk melihat pengaruh intervensi edukasi metode CBIA terhadap pengetahuan penggunaan tablet tambah darah pada remaja putri SMAN 4 Banda Aceh. Analisis bivariat dilakukan dengan uji statistik yaitu Paired Sample T-Test menggunakan SPSS untuk melihat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi.

Data disajikan dalam bentuk tabel untuk menjelaskan tingkat pengetahuan remaja putri SMAN 4 Banda Aceh pengetahuan penggunaan tablet tambah darah pada remaja putri. Menurut Arikunto (2006)

dalam jurnal Nur Aini (2020), kategori persentase tingkat pengetahuan dibagi menjadi 3 kategori, yaitu :<sup>27</sup>

1. Tingkat pengetahuan kategori Baik jika nilainya  $\geq 75\%$  - 100%.
2. Tingkat pengetahuan kategori Cukup jika nilainya 56% - 74%.

Tingkat pengetahuan kategori Kurang jika nilainya  $\leq 55\%$

## HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada bulan januari 2023 mengenai pengaruh intervensi edukasi metode CBID (Cara Belajar Insan Aktif) terhadap pengetahuan penggunaan tablet tambah darah remaja putri SMAN 4 Banda Aceh, maka diperoleh data-data pada penelitian adalah sebagai berikut:

### Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden siswa di SMAN 4 Banda Aceh.

No	Karakteristik	F	%
1.	<b>Kelas</b>		
	X (sepuluh)	60	100%
	<b>Total</b>	60	100%
2.	<b>Umur</b>		
	15 tahun	37	61.7%
	16 tahun	23	38.3%
	<b>Total</b>	60	100%

Sumber: Data primer diolah tahun 2023.

Berdasarkan tabel 1 data deskriptif karakteristik responden yang mencakup kelas dan umur ini menunjukkan bahwa hasil karakteristik responden berdasarkan kelas diperoleh 100% kelas X (sepuluh) dari 60 responden. Dan karakteristik responden berdasarkan umur diperoleh 61.7% berumur 15 tahun dan 38.3% berumur 16 tahun.

### Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian dari 60 responden menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Analisis Univariat

	N	Mini mum	Maxi mum	Mean	Std. Deviation
Pengetahuan sebelum penyuluhan (pretest)	60	6	14	9.95	1.588
Pengetahuan sesudah penyuluhan (posttest)	60	8	15	11.90	1.623

Sumber: Data primer (2023)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan rata-rata pengetahuan dari 60 siswi sebelum penyuluhan (*pretest*) adalah 9,95 dengan standar deviasi 1,588 serta memiliki nilai maksimum 14 dan minimum 6. Sedangkan rata-rata pengetahuan siswi sesudah penyuluhan (*posttest*) adalah 11,90 dengan standar deviasi 1,623 serta memiliki nilai maksimum 15 dan minimum 8.

### Analisis Bivariat

Hasil analisa perbandingan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan pada responden dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Perbandingan pengetahuan remaja putri SMAN 4 tentang penggunaan tablet tambah darah dengan metode CBIA (cara belajar insan aktif)

No	Pengetahuan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	P Value
1.	Pre-Test	60	9.95	1.588	0.205	0.004
2.	Post-Test	60	11.90	1.623	0.210	

Sumber: Data primer (2023)

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan remaja putri SMAN 4 Banda Aceh sebelum penyuluhan sebesar 9.95 dengan standar deviasi 1.588, sedangkan sesudah penyuluhan rata-rata pengetahuan sebesar 11.90 dengan standar deviasi 1.623, dengan demikian dapat dikatakan nilai rata-rata pengetahuan remaja putri SMAN 4 Banda Aceh setelah diadakan penyuluhan lebih tinggi dari pada sebelum diadakan penyuluhan.

Uji statistic dengan menggunakan *paired samples T test* didapatkan nilai P value sebesar 0.004, berarti  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak pada derajat kepercayaan 95%. Hal ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata pengetahuan antara sebelum penyuluhan dengan sesudah penyuluhan.

## Output Hasil Pengaruh Intervensi Edukasi Metode CBIA.

Tabel 4. Hasil pengaruh intervensi edukasi penggunaan tablet tambah darah menggunakan metode CBIA di SMAN 4 Banda Aceh

No	Kategori	Pretest		Posttest	
		Jumlah	Persen	Jumlah	Persen
1.	Baik	9	15%	43	71.7%
2.	Cukup	42	70%	17	28.3%
3.	Kurang	9	15%	0	-

Berdasarkan tabel 4 diatas dapat dilihat bahwa pengetahuan hasil kuesioner responden sebelum edukasi (pretest) adalah 15% responden kategori baik, 70% responden kategori cukup, dan 15% responter kategori kurang. Sedangkan pengetahuan hasil kuesioner responden sesudah edukasi (posttest) adalah 71.7% responden kategori baik, 28.3% responden kategori cukup, dan 0% responden kategori kurang, dengan kata lain tidak ada responden yang berkategori kurang setelah dilakukan edukasi metode CBIA (Cara Belajar Insan Aktif) terhadap penggunaan tablet tambah darah pada remaja putri SMAN 4 Banda Aceh.

## PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Probability Sampling* yaitu *Proporsional Stratified Random Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang memperhatikan pembagian atau perbandingan jumlah sampel

yang akan diambil dalam satu wilayah. Hal ini dapat dilihat pada tabel 3 didapatkan responden remaja putri berjumlah 60 orang (100%), terdiri dari 37 orang berumur 15 tahun (61.7%) dan 23 orang berumur 16 tahun (38.3%), sehingga yang menjadi responden saat penelitian berjumlah 60 responden.

Pada penelitian kali ini menggunakan metode CBIA (cara belajar insan aktif). Kegiatan dilakukan disekolah karena lebih mudah untuk dikumpulkan. Dalam pelaksanaan CBIA, peserta dibagi dalam kelompok-kelompok yang terdiri dari 6-8 orang. Masing-masing kelompok terdiri dari satu fasilitator. Fasilitator bertugas untuk memberikan pengarahan atau pengamatan saat tugas mandiri tentang materi yang didiskusikan. Dalam kegiatan setiap kelompok mendapatkan satu paket obat sebagai peraga. Siswi diminta mengamati kemasan obat dan bentuk beberapa obat tablet tambah darah dari definisi tablet Fe, manfaat tablet Fe, cara penggunaan tablet Fe, efek samping, aturan pakai dan juga makanan apa saja yang mengandung zat besi.

Tujuan CBIA adalah meningkatkan kemampuan siswi agar dapat menelaah informasi secara kritis dan mandiri dalam mencari informasi obat, sehingga swamedikasi menjadi lebih aman dan efisien<sup>14</sup>. Manfaat dari edukasi dengan metode

CBIA yaitu untuk menambah pengetahuan tentang pentingnya menggunakan obat dengan benar, meningkatkan kemandirian dan perubahan perilaku siswi dalam memilih dan menggunakan obat secara benar, dan akhirnya akan meningkatkan penggunaan obat secara rasional. Kelebihan atau keunggulan metode ini adalah tidak membosankan, karena terjadi dialog interaktif antara siswi dan narasumber sehingga membuat siswi lebih cepat memahami dan menggunakan obat (Musdalipah et.al., 2018).

Hasil analisis nilai deskriptif pada tingkat pengetahuan siswi sebelum penyuluhan (*pretest*) mempunyai nilai rata-rata (mean) 9,95 dari 60 responden dan sebaran data (standar deviasi) 1,588. Dan analisis data nilai deskriptif pada tingkat pengetahuan siswi sesudah penyuluhan (*posttest*) mempunyai nilai rata-rata (mean) 11,90 dari 60 responden dan sebaran data (standar deviasi) yang diperoleh adalah 1.623. hal ini menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan remaja putri SMAN 4 Banda Aceh meningkat setelah dilakukan penyuluhan.

Dari hasil penelitian ini didapatkan perbedaan pengetahuan remaja putri tentang penggunaan tablet tambah darah sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan pengetahuan penggunaan tablet tambah darah

menggunakan metode CBIA (cara belajar insan aktif) di SMAN 4 Banda Aceh ( $p=0,004$ ). Edukasi CBIA yang memberikan informasi terkait pengetahuan penggunaan tablet tambah darah meningkatkan pengetahuan responden menjadi 11.90.

Hasil uji bivariat dapat dilihat pada tabel 5, menggunakan *paired T-Test* pada pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan bahwa adanya perubahan pengetahuan. Hal ini dibuktikan dari nilai  $p$  value 0,004 ( $p<0,05$ ) yang disimpulkan bahwa “ $H_0$  ditolak” karena adanya peningkatan pengetahuan remaja putri SMAN 4 Banda Aceh setelah diberikan penyuluhan. Maka dapat disimpulkan bahwa penyuluhan menggunakan metode CBIA (cara belajar insan aktif) dapat memberikan wawasan dan informasi kepada remaja putri SMAN 4 Banda Aceh terhadap pengetahuan penggunaan tablet tambah darah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Ahmady dkk (2016) yang menyatakan ada perbedaan pengetahuan siswi setelah diberikan penyuluhan gizi dan pemberian tablet besi terhadap pengetahuan dan kadar hemoglobin Siswi Sekolah Menengah Atas Negeri di Mamuju. Demikian pula hasil penelitian Lestrina (2015) menyatakan ada perbedaan signifikan pengetahuan siswi tentang anemia setelah

diberikan penyuluhan, peningkatan pengetahuan dibarengi dengan pemberian makanan dapat meningkatkan kadar Hb Wus. Hasil yang signifikan tidak bisa langsung disimpulkan sebagai pengaruh dari pemberian edukasi CBIA, namun juga karena adanya kesadaran responden untuk mendengarkan dan memahami edukasi yang diberikan (Supardi, 2006).

Edukasi dengan metode CBIA menuntut para siswi untuk terlibat aktif dalam mencari informasi tentang definisi tablet Fe, manfaat tablet Fe, cara penggunaan tablet Fe, efek samping, aturan pakai dan juga makanan apa saja yang mengandung zat besi. Selama kegiatan mengumpulkan informasi ini siswi menemukan bahwa sangat pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah bagi remaja putri secara teratur.

Peningkatan pengetahuan tentang manfaat tablet Fe yang baik dapat mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga mencapai status gizi yang baik. Penyuluhan tentang manfaat tablet Fe sangat penting untuk menambah pengetahuan remaja sehingga perlu diberikan penyuluhan agar dapat merubah perilakunya dalam mengonsumsi tablet Fe (Sediaoetama, 2014). Penyuluhan tentang pengetahuan penggunaan tablet tambah darah masih belum dikenal dikalangan masyarakat luas khususnya remaja

maka dari itu perlu adanya sosialisasi dan penyampaian tentang pengetahuan penggunaan tablet tambah darah.

Metode penyuluhan kesehatan merupakan salah satu pendekatan yang sering digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi sehingga informasi yang diberikan dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh audien. Pemberian penyuluhan yang telah diberikan berarti sangat bermanfaat meningkatkan pengetahuan seseorang, hendaknya seluruh siswi di sekolah-sekolah diberikan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan mereka. Melihat adanya perbedaan yang signifikan pada hasil penelitian bahwa pemberian perlakuan berupa penyuluhan menggunakan metode CBIA dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri SMAN 4 Banda Aceh, sehingga dengan demikian diharapkan upaya tersebut dapat menurunkan tingkat anemia pada remaja putri.

## KESIMPULAN

Hasil uji bivariat menggunakan *paired T-Test* pada pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan bahwa adanya perubahan pengetahuan. Hal ini dibuktikan dari nilai  $p$  value 0,004 ( $p < 0,05$ ) yang disimpulkan bahwa “ $H_0$  ditolak” karena adanya peningkatan pengetahuan remaja putri SMAN 4 Banda Aceh setelah diberikan penyuluhan.

## SARAN

Remaja putri perlu meningkatkan konsumsi tablet tambah darah terutama saat menstruasi dan diharapkan dapat lebih mencari informasi tentang manfaat tablet tambah darah (Fe) dari sumber yang dipercaya dari dokter atau tenaga kesehatan yang ahli agar diperoleh informasi yang benar tentang manfaat tablet tambah darah.

## KONTRIBUSI PENULIS

Maria Irwani: membuat konsep dan pengarah penelitian.

Shuci Rosyta: penanggungjawab data laboratorium dan mengedit artikel penelitian.

Burdah: menyusun alur penelitian dan memantau kemajuan penelitian.

Amelia Sari: mengumpulkan data dan merangkum hasil penelitian.

Ernita Silviana: megedit artikel penelitian dan melengkapi pembahasan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Kepala Sekolah SMAN 4 Banda Aceh beserta guru, staf dan siswi kelas X (sepuluh).

## DAFTAR PUSTAKA

A. AK. Kebiasaan Makan Dan Gangguan Pola Makan Serta Pengaruhnya Terhadap Status Gizi Remaja. *J Publ Pendidik*. 2016;VI(1):49-55.

Almatsier S. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Cetakan II. Gramedia Pustaka Utama:Jakarta; 2014.

Badan penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar (riskesdas). Published online 2013.

Badriah DL. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. PT Refika Aditama, Bandung.; 2011.

Energi PA, Dan K, Gizi S, Negeri SMP, Negeri SMP. *Journal of Nutrition College* , Volume 2 , Nomor 2 , Tahun 2013 , Halaman Online di : <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>. 2013;2:232-241.

Gizi A, Pencegahannya MDAN. *25489511*.; 2017.

Herta masthalina. Pola Konsumsi (Faktor Inhibitor Dan Enhancer FE) dan Status Anemia Remaja Putri.

Isworo AATEDH. Edukasi Terstruktur Untuk Meningkatkan Perilaku Dukungan Keluarga Pasien Diabetes. *Ilm Kesehatan*. 2017;X No. 2.

Junaedi M. *Paradigma Baru Filsafat Pendidikan*. Kencana; 2017.

Mail NA, Berek PAL B V. Gambaran Tingkat Pengetahuan remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di SMPN Haliwen. *J Sahabat Keperawatan*. Published online 2020:1-6.

*Modul 1 Materi Pelatihan Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Memilih Obat Bagi Tenaga Kesehatan*,. Direktorat Jenderal Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan; 2008.

Moehji S. *Ilmu Gizi 2*. Papas Sinar Sinanti, Jakarta; 2003.

Muliani. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Fe Di SMK Tunas

- Husada Kediri. *KTI*. Published online 2018.
- Musdalipah, Dkk, Kendari PBH. PENINGKATAN PENGETAHUAN SISWA SMA NEGERI 1 KENDARI TENTANG SWAMEDIKASI DENGAN METODE CBIA (CARA BELAJAR INSAN AKTIF). Published online 2018.
- Notoadmojo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta; 2010.
- Permatasari T, Briawan D, Madanijah S. Efektivitas Program Suplementasi Zat Besi pada Remaja Putri di Kota Bogor (Effectiveness of Iron Supplementation Programme in Adolescent girl at Bogor City). *J Mkmi*. 2018;14(1):1-8. <http://dx.doi.org/10.30597/mkmi.v14i1.3705>
- Sediaoetama A. *Ilmu Gizi*. Jilid 1 Ce. Jakarta : Dian Rakyat; 2014.
- Sudibyo Supardi, Ondri M. Pengaruh Metode Ceramah dan Media Leaflet Terhadap Perilaku Pengobatan Sendiri yang Sesuai Aturan. *Penelit Kesehat*. 2002;3 no. 3.
- Sulastri Lakoka M. *Perkembangan Motorik Pada Anak Stunting*. Media Sains Indonesia; 2021.
- Sunaryo MK. *Psikologi Untuk Keperawatan*. (Monica Ester SK, ed.). Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2004.
- Supardi S, Notosiswoyo M. Pengaruh Penyuluhan Obat Menggunakan Leaflet Terhadap Perilaku Pengobatan Sendiri di Tiga Kelurahan kota Bogor. *Bul Penelit Sist kesehatan*., 2006;9,4:213-219.
- Suryawati S. CBIA : improving thre quality of self-medication through mother's active learning, *Essential Drugs Monitor*. WHO, Geneve. Published online 2003:32:22-23.
- Suryawati S. Kearifan Budaya Indonesia untuk solusi Masalah Global Penggunaan Obat,. *Pidato Pengukuhan Jab Guru Besar pada Fak Kedokt Univ Gadjah Mada, Pus Stud Farmakol Klin dan Kebijak Obat Univ Gadjah Mada, yogyakarta*. Published online 2012.
- Suria M. *Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet*. Vol 01.; 2018.
- Susiyanti. Pengaruh Edukasi Terstruktur Terhadap Pemilihan Kontrasepsi Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan. *Keperawatan dan Kebidanan*. Published online 2016.
- Tim Poltekkes Depkes Jakarta I. *Kesehatan Remaja Problem & Solusinya*. Salemba Medika; 2010.
- Triyonate EM, Kartini A. Faktor Determinan Anemia Pada Wanita Dewasa Usia 23-35 Tahun. *J Nutr Coll*. 2015;4(3):259-263. doi:10.14710/jnc.v4i3.10091
- Wibowo, Cahya Daris Tri, notoatmojo, Harsoyo, Rohmani A. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Anemia Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Pertama muhammadiyah 3 Semarang. *J Kedokt muhammadiyah, Vol 1, No 2*. Published online 2013.
- Widiastuti A. Efektivitas Edukasi Terstruktur Berbasis Teori Perilaku Terencana Terhadap Pemberdayaan dan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Jantung Coroner di Rumah sakit Pondok Indah jakarta. *Tesis Progr S2 Ilmu Keperawatan Kekhususan Keperawatan Med Bedah Univ Indones Depok*. Published online 2012.