

Edukasi Anemia pada Remaja Prakonsepsi Terhadap Risiko Kejadian Stunting di Desa Lumingser Kecamatan Adiwerna

Riwayat artikel:

Diterima: 24 Juli 2025

Direvisi: 25 November 2025

Diterbitkan: 31 Desember 2025

Dwi Ajeng Larasati^{1*}, Osie Listina², Oktariani Pramiastuti³

Kata kunci:

Anemia;

Stunting;

Edukasi;

Metode pretest-posttest

Anemia merupakan kondisi ketika jumlah sel darah merah dan kemampuan hemoglobin untuk mengangkut oksigen tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh, dengan kadar hemoglobin kurang dari 12 g/dl. Remaja putri yang mengalami anemia berisiko tetap mengalami kondisi tersebut hingga dewasa, dan berpotensi menjadi ibu hamil yang menderita anemia, sehingga meningkatkan risiko melahirkan anak yang mengalami *stunting*. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pemberian edukasi pengetahuan remaja prakonsepsi terhadap kejadian anemia di Desa Lumingser Kecamatan Adiwerna. Metode yang digunakan *Pr-Eksperiment* dengan jenis *one group pretest and posttest design*. Dalam pengambilan data sampel digunakan teknik *purposive sampling* dan dihitung menggunakan rumus *Slovin* dan didapatkan hasil 82 sampel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Data dianalisis menggunakan SPSS. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa metode *pretest-posttest design* memberikan pengaruh yang signifikan pada pengetahuan risiko anemia dengan tingkat kepercayaan $p<0,011$ dan sikap risiko anemia dengan tingkat kepercayaan $p<0,001$.



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Anemia merupakan kondisi di mana jumlah sel darah merah dan kemampuan hemoglobin untuk mengangkut oksigen tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh, dengan kadar hemoglobin <12 g/dl [1]. Hemoglobin merupakan protein yang berfungsi membawa oksigen ke jaringan tubuh. Jika tubuh kekurangan sel darah merah, kebutuhan oksigen tubuh tidak tercukupi, yang dapat menyebabkan rasa lelah atau munculnya gejala lain. Anemia sering dirasakan oleh remaja putri, umumnya disebabkan oleh kurangnya asupan gizi [2].

Remaja putri memiliki kebutuhan gizi yang berbeda dari remaja putra. Remaja putra cenderung melakukan lebih banyak aktivitas fisik, sehingga memerlukan asupan energi yang lebih tinggi. Disisi lain, remaja putri umumnya telah mulai mengalami menstruasi, yang meningkatkan kebutuhan akan zat gizi seperti protein dan zat besi [3].

Menurut data WHO tahun 2021 menunjukkan bahwa tahun 2019 prevalensi anemia di dunia yaitu sekitar 29,9% terjadi pada wanita usia 15-49 tahun, 39,8% pada anak usia 6-59 bulan [4]. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023

^{1,2,3} Program Studi Farmasi S-1, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhamada Slawi

Email: dwijajenglaras@gmail.com

prevalensi Indonesia pada wanita usia 35-44 tahun sebesar 39,6%, 68% pada remaja yang tidak sekolah, 31,3% di pedesaan[5].

Prevalensi di Provinsi Jawa Tengah tahun 2015 mencapai 57,7%, angka yang menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah gizi signifikan di wilayah tersebut, karena persentasenya melebihi 20% [6]. Prevalensi anemia di Kabupaten Tegal pada tahun 2019 sebanyak 13,6 % kasus, sedangkan pada tahun 2020 sebanyak 2,5% [7]. Menurut data di Puskesmas Pagiyanten, prevalensi anemia di Desa Lumingser tahun 2024 sebesar 15,17%. Remaja putri yang mengalami anemia berisiko menjadi wanita dewasa yang juga mengalami anemia, dan nantinya berpotensi menjadi ibu hamil dengan kondisi anemia serta berisiko melahirkan anak yang *stunting* [8].

Stunting merupakan kondisi yang dipengaruhi oleh berbagai faktor dalam 1.000 hari pertama kehidupan, yang mencakup periode sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Beberapa faktor risiko utamanya antara lain bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR), panjang badan saat lahir yang tidak optimal, kurangnya imunisasi dasar, rendahnya tingkat pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tidak memenuhi kebutuhan nutrisi, anemia yang dialami ibu selama kehamilan, serta kejadian diare pada anak [6].

Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, angka kejadian *stunting* pada balita di Indonesia tercatat sebesar 21,6%. Persentase ini menunjukkan penurunan sebesar 2,8% dibandingkan dengan data tahun sebelumnya, yaitu 2021 [9]. Prevalensi balita *stunting* di Jawa Tengah pada tahun 2019 sebesar 27,7% dan angka ini mengalami penurunan prevalensi pada tahun 2023 sebesar 20,7%. Prevalensi *stunting* pada tahun 2023 dengan berat badan kurang menurut data profil kesehatan di Jawa Tengah di Kabupaten Tegal sebesar 21,5% [10]. Menurut data di Puskesmas Pagiyanten, prevalensi *stunting* di Desa Lumingser tahun 2024 sebesar 1,63%.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan

Variabel	Pre-test	Post-test	Sig
	Mean±SD	Mean±SD	
Pengetahuan	39.30±15.06	90.64±11.29	<0.011

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 1, terdapat peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan responden setelah diberikan edukasi. Sebelum intervensi dilakukan, rata-rata nilai pengetahuan responden tercatat sebesar 39,30 dengan standar deviasi 15,06. Hal ini mengindikasikan bahwa sebelum mendapatkan edukasi, tingkat pemahaman responden terhadap materi yang diberikan masih tergolong rendah dan bervariasi, dengan sebagian responden memiliki pemahaman yang sangat minim [11].

Setelah penyampaian edukasi, terjadi peningkatan skor pengetahuan responden, dengan rata-rata skor menjadi 90,64. Selain itu, standar deviasi menurun menjadi 11,29. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Rindasari, Anita & Dea (2022) yang menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan dari 1,41 menjadi 1,68 setelah edukasi diberikan. Penurunan standar deviasi dari 0,498 menjadi 0,475 dalam penelitian tersebut juga mendukung bahwa edukasi dapat membawa pemahaman responden [12]. Kedua hasil penelitian tersebut dinyatakan konsisten, yaitu edukasi memberikan dampak positif terhadap pengetahuan. Penurunan standar deviasi menunjukkan bahwa distribusi nilai lebih merata dan hasil yang diperoleh lebih stabil dibandingkan saat pre-test.

Uji statistik menggunakan Paired Samples T-Test menghasilkan nilai sig ($p<0,011$) yang mengindikasikan bahwa perubahan dalam tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi bukan sekadar kebetulan, tetapi benar-benar dipengaruhi oleh edukasi yang diberikan. Oleh karena itu, disimpulkan bahwa memberikan edukasi berperan besar dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan responden secara signifikan [13].

Tabel 2. Pengaruh Edukasi terhadap sikap

Variabel	Pre-test	Post-test	Sig
	Mean±SD	Mean±SD	
Sikap	59.15±12.47	87.66±9.96	<0.001

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan peningkatan pada sikap, sebelum dilakukan edukasi rata-rata skor pengetahuan responden mencapai 59.15 dengan standar deviasi 12.47. Setelah dilakukan edukasi, skor meningkat menjadi 87.66 dengan standar deviasi yang menurun menjadi 9.96. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Nova Nurrohimah (2017) menghasilkan rata-rata skor sikap responden meningkat dari 34,81 (58%) pada pre-test menjadi 46,32 (77,2%) pada post-test, dengan peningkatan sebesar 11,51 poin atau 19,2% [14]. Nilai signifikansi yang diperoleh dari analisis statistik menunjukkan $p<0,001$ yang berarti perubahan skor sikap ini sangat signifikan. Dengan kata lain, edukasi yang diberikan memiliki dampak yang kuat dalam meningkatkan sikap responden [15]. Jika dibandingkan dengan penelitian ini, edukasi yang dilaksanakan berhasil meningkatkan tingkat kesadaran responden sekaligus mendorong terjadinya perubahan sikap ke arah yang lebih konstruktif. Selain itu, penurunan nilai standar deviasi setelah edukasi menunjukkan bahwa selain menaikkan skor sikap secara keseluruhan, intervensi edukasi juga berhasil menyatukan pandangan dan respons sikap peserta terhadap materi yang diberi [15].

Peningkatan skor ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi mampu memberikan pemahaman yang lebih baik kepada responden, yang pada akhirnya tercermin dalam perubahan sikap yang positif. Faktor-faktor seperti metode edukasi yang digunakan, relevansi materi dengan kebutuhan responden, serta penyampaian informasi dapat berkontribusi terhadap keberhasilan intervensi ini [16]. Hasil ini memperkuat pentingnya pendidikan sebagai strategi dalam mengubah dan meningkatkan sikap individu terhadap suatu topik tertentu. Keberhasilan intervensi ini juga menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang tepat dapat menjadi alat yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan

pemahaman yang berdampak pada perilaku positif [17].

Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dilaksanakan di Desa Lumingser, Kecamatan Adiwerna disimpulkan bahwa:

1. Edukasi dengan metode *pretest-posttest* memberikan pengaruh yang signifikan pada pemberian edukasi pengetahuan remaja prakonsepsi terhadap kejadian anemia. Hasil dengan nilai signifikansi ($p<0,011$).
2. Edukasi dengan metode *pretest-posttest* memberikan pengaruh yang signifikan pada pemberian edukasi sikap remaja prakonsepsi terhadap kejadian anemia. Hasil dengan nilai signifikansi ($p<0,001$).

Bahan dan Metode

Waktu dan Tempat Penelitian

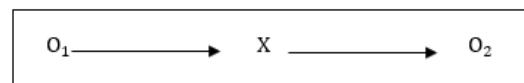
Dilaksanakan di Desa Lumingser Kecamatan Adiwerna Kabupaten Tegal dan dilaksanakan pada bulan Januari – Maret 2025.

Alat dan Bahan

Perangkat dan materi yang digunakan dalam penelitian yaitu SPSS (*Statistical Package for the Social Science*), peralatan tulis (buku sidu, pena joyko, penghapus joyko), kamera Handphone Samsung, *booklet*, brosur, alat cek HB, *informed consent*, serta lembar kuesioner.

Rancangan Penelitian

Metode penelitian yang digunakan metode *Pra-Eksperiment* dengan jenis *one group pretest and posttest design*. Adapun rancangan [18] dapat dilihat sebagai berikut :



Gambar 1. Rancangan Penelitian

Keterangan:

o₁ : Pengukuran pengetahuan dan sikap remaja prakonsepsi tentang anemia dan *stunting* sebelum diberikan edukasi (*pretest*)

x : Pemberian edukasi anemia dan *stunting* dilakukan melalui media *booklet* setelah dilakukan *pretest*.

o₂: Penilaian tingkat pengetahuan dan sikap remaja prakonsepsi tentang anemia sesudah diberikan edukasi anemia dan *stunting* dengan media *booklet* (*posttest*).

Populasi dan Sampel

Populasi dari penelitian ini merupakan remaja prakonsepsi yang bertempat tinggal di Desa Lumingser Kecamatan Adiwerna Kabupaten Tegal. Sampel yang diambil sebagian remaja prakonsepsi Desa Lumingser Kecamatan Adiwerna. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *Purposive Sampling*. Rumus perhitungan sampel menggunakan rumus Slovin diperoleh sebanyak 82 sampel.

Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis data univariat dengan metode *Paired Samples T-Test* untuk mengidentifikasi perbedaan antara kondisi sebelum dan sesudah edukasi. Analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), dengan tingkat signifikansi yang ditetapkan pada $p<0,05$.

Daftar Pustaka

1. Diani, M., & Gilang, N. (2023). Anemia (Mayasuri Presilla). Penerbit BRIN.
2. Arma, N., Ramini Harahap, N., Syari, M., & Adelina Sipayung, N. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Langkat. *Journal Of Midwifery Senior*, 5.
3. Siti, U., & Prastiwi, P. (2019). Anemia (Penyebab, Strategi, Pencegahan dan Penanggulangannya bagi Remaja). Stikes Wira Husada.
4. WHO. (2021). World Health Statistic 2021 Monitoring Health for SDGs. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342703/9789240027053-eng.pdf>
5. SKI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia. Kemenkes RI.
6. Kemenkes RI. (2018). Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
7. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2020). Profil Kesehatan Kabupaten Tegal. 15(2), 12–13. <https://doi.org/10.23917/jk.v15i2.18262>
8. Kemenkes. (2020). Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri Pada Masa Pandemi Covid-19 bagi Tenaga Kesehatan (Sri Wahyuni Sukotjo & Evi Mirna, Eds.). Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat.
9. Lestari, R. A., & Ariani, S. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Balita Berisiko Stunting. *Indonesian Journal of Health Science*, 4(6), 745–750.
10. Sekda. (2024). Laporan TPPS Provinsi Jawa Tengah semester I 2024 (Vol. 1). Tim Percepatan Penurunan Stunting Provinsi Jawa Tengah.
11. Oktavia, E. R., Agustin, F. R., Magai, N. M., Widyawati, S. A., & Cahyati, W. H. (2018). Pengetahuan Risiko Pernikahan Dini pada Remaja Umur 13-19 Tahun. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 2(2), 239–248.
12. Rindasari, M., Anita, S., & Dea, F. H. (2022). Pendidikan Kesehatan: Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 1(02), 83–93. <https://doi.org/10.34305/jppk.v1i02.432>
13. Lathifa, S., & Mahmudiono, T. (2020). Pengaruh Media Edukasi Gizi Berbasis Web Terhadap Perilaku Makan Gizi Seimbang Remaja SMA Surabaya (The Effect of Web-Based Nutrition Education Media Toward Balanced Nutritional

Eating Behavior on High School Student). Media Gizi Kesmas, 9(2), 48–56.

14. Nova, N. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Booklet Anemia Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Anemia di SMK Ma’arif NU Ciamis. Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2, 1–10.
15. Hrp, Y. R., Elisabet, S., Nehe, A., Simanjuntak, M., & Dewi, E. R. (2025). Edukasi Pentingnya Pemberian Imunisasi Pada Anak Dikecamatan Puskesmas Sukaramai Kecamatan Medan Area. Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS, 3(1), 215–220.
16. Lukman, S. (2021). Faktor Demografis untuk Meningkatkan Informasi, Edukasi, dan Komunikasi Kesehatan Seksual dan Reproduksi. Jurnal Kajian Komunikasi, 9(1), 66–78.
17. Tan, S. T., Santoso, A. H., Nathaniel, F., Mashadi, F. J., Soebrata, L., Mandalika, A., & Wijaya, D. A. (2023). Kegiatan Pengabdian Masyarakat Dalam Rangka Edukasi Dan Skrining Gula Darah Dan Anemia Dalam Rangka Menjaga Kesehatan Hidrasi Kulit. Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4(4), 8688–8695.
18. Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan Cetakan ke-3. Pt Rineka Cipta.