

PEMBERDAYAAN POS KESEHATAN PESANTREN DENGAN EDUKASI VIDEO
ANEMIA TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN KADAR HB PADA
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH TINGGI ILMU TARBIYAH
(STIT) BUNTET PESANTREN CIREBON

Anto Susfolyanto^{1*}, Siti Aisah², Satriya Pranata³, Eni Haryati⁴, Wahyu Hartini⁵

^{1,4,5}Akademi Keperawatan Buntet Pesantren Cirebon

^{2,3}Keperawatan FIKES, Universitas Muhamadiyah Semarang

Email Korespondensi: susvollyantoanto@gmail.com

Disubmit: 21 April 2026 Diterima: 28 Juli 2026 Diterbitkan: 01 Agustus 2026
Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v8i8.25686>

ABSTRACT

Anemia is a condition of deficiency in macro nutrients (protein) and micro nutrients, especially iron, which can cause symptoms such as paleness, lethargy/fatigue, and decreased appetite. The purpose of this study was to determine the empowerment of poskestren on the knowledge, attitudes, and Hb levels of adolescent girls at the Buntet Pesantren Islamic College (STIT) in Cirebon Regency. The research design is quantitative, using a quasi-experimental design with a pretest-posttest with control group design. The sampling technique used is purposive sampling. The results of the study showed significant differences in knowledge ($p=0.000$), attitudes ($p=0.000$), and hemoglobin levels ($p=0.000$) among female adolescents before and after being provided with educational videos on anemia. There was a significant difference in knowledge, attitude, and Hb levels between the intervention and control groups ($p=0.000$). The empowerment program was effective in improving knowledge, attitude, and Hb levels among adolescent girls.

Keywords: Poskestren, Knowledge, Attitudes, Hb Levels.

ABSTRAK

Anemia merupakan sebuah kondisi kekurangan zat gizi makro (protein) dan zat gizi mikro, terutama zat besi sehingga dapat menimbulkan gejala seperti pucat, lesu/lelah dan nafsu makan menurun. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pemberdayaan poskestren terhadap pengetahuan, sikap dan kadar Hb remaja putri di Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Buntet Pesantren Kabupaten Cirebon. Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *quasy eksperimental* dengan bentuk *pretest-posttest with control group design*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Hasil peneilitan didapatkan terdapat perbedaan yang signifikan pengetahuan ($p=0,000$), sikap ($p=0,000$) dan kadar Hb ($p=0,000$) remaja putri sebelum dan sesudah diberikan media video edukasi anemia. Terdapat perbedaan yang signifikan pengetahuan, sikap dan kadar Hb antara kelompok intervensi dan kontrol ($p=0,000$). Pemberdayaan poskestren efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan kadar Hb remaja putri.

Kata Kunci: Poskestren, Pengetahuan, Sikap, Kadar Hb.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan sebuah kondisi kekurangan zat gizi makro (protein) dan zat gizi mikro, terutama zat besi sehingga dapat menimbulkan gejala seperti pucat, lesu/lelah, nafsu makan menurun dan gagal tumbuh (Anwar, 2024). Kadar Hb normal pada laki-laki dan perempuan terdapat perbedaan. Kadar Hb untuk pria anemia yaitu kurang dari 13,5 g/dl, sedangkan kadar Hb pada wanita kurang dari 12 g/dl. 1,2 Anemia dapat menimbulkan beberapa gejala klinis berupa lesu, lemah, pusing, mata berkunang-kunang, dan wajah pucat (Muhayati, 2019). Faktor yang dapat menyebabkan anemia adalah perdarahan hebat, kurangnya zat besi dalam tubuh, kekurangan asam folat, kekurangan vitamin B12 dan C, penyakit malaria, infeksi cacing, leukemia, penyakit kronis, status gizi, lamanya menstruasi, tingkat pendidikan orang tua, tingkat pengetahuan, dan tingkat ekonomi (Muhayati, 2019).

World Health Organization (WHO) dalam *World Health Statistics* tahun 2021 menunjukkan bahwa anemia diperkirakan menyerang setengah miliar wanita berusia 15-49 tahun dan 269 juta anak berusia 6-59 bulan di seluruh dunia. Pada tahun 2019, 30% (539 juta) wanita tidak hamil dan 37% (32 juta) wanita hamil berusia 15-49 tahun terkena anemia (WHO (World Health Organization), 2023). Hasil laporan riset kesehatan dasar tahun 2018 di Indonesia menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri pada kelompok usia 15-24 tahun sebesar 14,2% (Riskesdas, 2018). Hasil laporan riset kesehatan dasar tahun 2018 di Jawa Barat menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri pada kelompok usia 20-24 tahun sebesar 4,74% (Dinkes Provinsi Jawa Barat, 2018).

Sedangkan di Kabupaten Cirebon tahun 2023 dari 40 persen sasaran skrining anemia remaja putri didapatkan 53% remaja putri menderita anemia (Yulianti, 2023).

Remaja putri memiliki risiko yang lebih tinggi dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami haid (menstruasi). Remaja di Indonesia terutama remaja putri sebagian besar mengalami anemia, hal ini dikarenakan kurangnya konsumsi sumber makanan yang mengandung zat besi yang mudah diserap oleh tubuh (Aiman, 2023). Remaja putri seringkali mengabaikan protein hewani, karena remaja berasumsi bahwa daging mengandung lemak yang tinggi. Selain itu remaja seringkali mengonsumsi karbohidrat dalam bentuk nasi dan mie yang tinggi kalori (Domili, 2021). Remaja putri lebih sering mengonsumsi makanan yang dapat menghambat absorpsi zat besi, sehingga mempengaruhi kadar hemoglobin dalam tubuh. Ketidakseimbangan asupan gizi juga dapat menjadi penyebab anemia pada remaja, misalnya dengan melakukan program diet dalam membatasi makan dan banyak melakukan berbagai pantangan (Estri, 2021).

Dampak dari anemia remaja menyebabkan penurunan resistensi tubuh terhadap infeksi, gangguan perkembangan mental, gangguan pada pertumbuhan fisik, menurunkan kebugaran fisik, performa belajar dan kapasitas kerja. Dampak anemia remaja yang paling terlihat adalah menurunnya konsentrasi dan pencapaian belajar selama di sekolah. Selain itu, anemia remaja putri juga berisiko mengalami anemia ketika masa kehamilan. Dampak tersebut akan

memberikan dampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam kandungan, dan dapat mengalami sejumlah komplikasi selama masa kehamilan dan ketika melahirkan (Nurjanah, 2023). Selain itu, remaja putri yang mengalami anemia beresiko 1,875 kali lipat memperoleh prestasi belajar lebih rendah dibandingkan remaja putri yang tidak mengalami anemia (Rahmawati, 2024). Tingkat pengetahuan dan sikap remaja tentang anemia akan berpengaruh pada kejadian anemia.

Remaja putri yang pengetahuannya kurang mengenai anemia, tanda dan gejala, serta dampak yang ditimbulkan akan mengakibatkan rendahnya sikap dalam upaya pencegahan anemia. Upaya yang dapat dilakukan untuk pencegahan dan penanggulangan anemia adalah pemberian pendidikan kesehatan pada remaja putri. Harapannya remaja putri dapat menerapkan perilaku hidup sehat, mengonsumsi makanan sumber zat besi dalam kehidupan sehari-hari (Sari, 2022). Pengetahuan merupakan hasil informasi yang terserap melalui indra yang dimiliki. Pengetahuan seseorang tentang kesehatan sangat penting karena jika seseorang tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang kesehatan, mereka akan mengabaikan kesehatannya (Pranata, 2024).

Pendidikan kesehatan yang diberikan akan memberikan proses perubahan sehingga terciptanya suatu perilaku yang baru. Pendidikan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dalam memberikan informasi-informasi atau ide baru. Pendidikan kesehatan

dilakukan untuk membantu individu mengontrol kesehatannya secara mandiri dengan mempengaruhi, memungkinkan dan menguatkan keputusan atau tindakan sesuai dengan nilai dan tujuan yang mereka rencanakan (Siregar, 2020). Pendidikan kesehatan yang banyak digunakan saat ini masih menggunakan media yang bersifat konvensional seperti leaflet, booklet, lembar balik, dan power point.

Seiring berkembangnya zaman, media konvensional dirasa kurang efektif untuk peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku kesehatan. Generasi 4.0 lebih dekat dan lebih menyukai media edukasi kesehatan yang bersifat teknologi canggih seperti melalui pendekatan audiovisual dalam bentuk video animasi dengan karakter unik dan menarik (Aisah, 2021).

Media video merupakan media yang mampu menyampaikan informasi lebih baik dan menarik karena media ini memiliki unsur suara dan gambar yang bisa dilihat. Media ini sangat efektif dalam penyampaian pesan karena seseorang mampu mengingat 20% dari apa yang dilihat, 30% dari apa yang didengar dan orang dapat mengingat 50% dari yang dilihat dan didengar, serta 80% dari yang dilihat, didengar dan dilakukan langsung. Informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi dapat menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku (Hardianti, 2021).

Penyelenggaraan makan institusi khususnya di pondok pesantren merupakan komponen penting dalam menentukan status gizi para santri. Tahapan dasar pengelolaan makanan meliputi peraturan pemberian makan, standar makanan dan standar porsi, perencanaan menu dan siklus menu,

perencanaan kebutuhan makanan, perencanaan biaya makanan, pemesanan dan pembelian bahan makanan,

penerimaan bahan makanan, penyimpanan dan distribusi makanan, persiapan makanan, makanan pengolahan, distribusi, transportasi untuk penyajian makanan (Humaira, 2022).

Salah satu fasilitas yang digunakan untuk penyelenggaraan Program Pesantren Sehat adalah Poskestren. Poskestren merupakan salah satu Upaya Kesehatan Bersumber Masyarakat (UKBM) di lingkungan pondok pesantren yang mengutamakan pelayanan promotif (peningkatan) dan preventif (pencegahan) tanpa mengabaikan aspek kuratif (pengobatan) dan rehabilitatif (pemulihan kesehatan). Keberadaan Poskestren sangat penting untuk menangani kesehatan para santri (Asri, 2023).

Hasil survey awal dari Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon didapatkan data siswa kelas 7 dan 10 pada tahun 2025 di Kabupaten Cirebon sebanyak 38.937 siswi dengan hasil screening terhadap 32.301 siswi didapatkan jumlah siswi yang menderita anemia sebanyak 11.454 siswi (35,46%). Hasil survey awal yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Sidamulya didapatkan data anemia anak SMP sebanyak 163 (54,33%) siswi dari 300 siswi yang terdiri dari anemia ringan sebanyak 100 siswi, anemia sedang sebanyak 59 siswi dan anemia berat sebanyak 4 siswi. Data anemia anak SMA sebanyak 1.122 (61,64%) siswi dari 1.820 siswi yang terdiri dari anemia ringan sebanyak 725 siswi, anemia sedang sebanyak 364 siswi dan anemia berat sebanyak 33 siswi. Sedangkan, hasil survey awal yang dilakukan di Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Buntet Pesantren

Kabupaten Cirebon didapatkan jumlah remaja putri usia 19-23 tahun sebanyak 138 orang. Berdasarkan hasil pengukuran Hb pada remaja putri didapatkan 16 remaja putri mengalami anemia ($Hb < 12$ g/dL) dan 54 remaja putri tidak mengalami anemia ($Hb \geq 12$ g/dL). Hasil wawancara dengan remaja putri mengatakan belum memahami mengenai pencegahan anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mengetahui pemberdayaan poskestren terhadap pengetahuan, sikap dan kadar Hb remaja putri di Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Buntet Pesantren Kabupaten Cirebon.

KAJIAN PUSTAKA

Pos Kesehatan Pesantren, yang Selanjutnya disebut Poskestren merupakan salah satu wujud UKBM di lingkungan pondok pesantren, dengan prinsip dari, oleh dan warga pondok pesantren, yang mengutamakan pelayanan promotif (peningkatan) dan preventif (pencegahan) tanpa mengabaikan aspek kuratif (pengobatan) dan rehabilitatif (pemulihan kesehatan), dengan binaan Puskesmas setempat (Kemenkes RI, 2018). Tujuan didirikannya Poskestren adalah untuk mewujudkan kemandirian warga pondok pesantren dan masyarakat sekitar dalam berperilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan memenuhi layanan kesehatan dasar bagi warga pondok pesantren dan masyarakat sekitarnya (Nadliroh, 2021). Cara mencegah anemia yaitu dengan meningkatkan konsumsi makanan bergizi, tidur yang cukup, dan tablet penambah darah dengan meningkatkan konsumsi makanan hewani (daging, ikan, ayam, hati, dan telur) serta makanan nabati (sayuran hijau tua,

kacangkacangan, tempe, dan bayam). Mengonsumsi sayuran dan buah yang mengandung vitamin C, seperti daun katuk, daun singkong, bayam, jambu, dan sebagainya, dapat membantu penyerapan zat besi dalam usus dan meningkatkan kadar zat besi dalam darah.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *quasy*

eksperimental dengan bentuk *pretest-posttest with control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri melalui *purposive sampling* dengan jumlah sampel kelompok intervensi sebanyak 60 orang dan kelompok kontrol sebanyak 60 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar kuesioner pengetahuan, kuesioner sikap dan lembar observasi kadar Hb. Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Usia, Pendidikan Orangtua dan Sosial Ekonomi Orangtua

Variabel		Intervensi		Kontrol	
Usia	Mean	19,62		20,68	
	Min-Max	19-23		19-23	
	SD	0,958		1,479	
	CI 95%	19,37:19,86		20,30:21,07	
Variabel		Intervensi		Kontrol	
		n	%	n	%
Pendidikan	SD	6	10,0	5	8,3
	SMA	33	55,0	34	56,7
	Perguruan Tinggi	4	6,7	4	6,7
Variabel		Intervensi		Kontrol	
Sosial Ekonomi Orangtua	Mean	3.205.000		3.271.667	
	Min-Max	1.500.000-5.000.000		1.500.000-5.000.000	
	SD	723146,4		747275,7	
	CI 95%	3.018.191-3.391.809		3.078.625-3.464.708	

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa usia responden pada kelompok intervensi diperoleh nilai *mean* sebesar 19,62 dan kelompok kontrol diperoleh nilai *mean* sebesar 20,68, pendidikan orangtua responden pada kelompok

intervensi dan kelompok kontrol berpendidikan SMA dan sosial ekonomi orangtua responden pada kelompok intervensi diperoleh nilai *mean* sebesar 3.205.000 dan kelompok kontrol diperoleh nilai *mean* sebesar 3.271.667.

Tabel 2. Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Kadar Hb Remaja Putri

Variabel	Pretest				Posttest			
	Intervensi		Kontrol		Intervensi		Kontrol	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Pengetahuan								
Baik	1	1,7	0	0,0	37	61,7	3	5,0
Cukup	27	45,0	0	0,0	21	35,0	57	95,0
Kurang	32	53,3	60	100,0	2	3,3	0	0,0
Sikap								
Positif Negatif	31	51,7	30	63,3	47	78,3	39	65,0
	29	48,3	22	36,7	13	21,7	21	35,0
Kadar Hb	45	75,0	46	76,7	10	16,7	39	65,0
Anemia	15	25,0	14	23,3	50	83,3	21	35,0
Tidak Anemia								

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa pada kelompok intervensi sebelum diberikan media video edukasi anemia sebagian besar dengan pengetahuan kategori kurang yaitu 32 orang (53,3%), sikap kategori positif yaitu 31 orang (51,7%) dan kadar Hb kategori anemia yaitu 45 orang (75,0%). Pada kelompok kontrol sebelum diberikan media leaflet tentang anemia sebagian besar dengan pengetahuan kategori kurang yaitu 60 orang (100,0%), sikap kategori positif yaitu 30 orang (63,3%) dan kadar Hb kategori anemia yaitu 46 orang

(76,7%). Pada kelompok intervensi setelah diberikan media video edukasi anemia sebagian besar dengan pengetahuan kategori baik yaitu 37 orang (61,7%), sikap kategori positif yaitu 47 orang (78,3%) dan kadar Hb kategori tidak anemia yaitu 50 orang (83,3%). Pada kelompok kontrol setelah diberikan media leaflet tentang anemia sebagian besar dengan pengetahuan kategori cukup yaitu 57 orang (95,0%), sikap kategori positif yaitu 39 orang (65,0%) dan kadar Hb kategori anemia yaitu 39 orang (65,0%).

Tabel 3. Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=120)

Pengetahuan		Mean	Median	SD	CI 95%	P value
Kelompok Intervensi	Pretest	11,32	11	3,160	10,50;12,13	0,000
	Posttest	16,28	17	2,871	15,54;17,02	
Kelompok Kontrol	Pretest	9,78	10	0,555	9,64;9,93	0,000
	Posttest	13,58	13	1,013	13,32;13,85	

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa hasil uji statistik non parametrik Wilcoxon dengan nilai *p value* pada kelompok

intervensi yaitu 0.000 dan kelompok kontrol yaitu 0.000 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pengetahuan sebelum dan

sesudah intervensi antara kelompok intervensi dan kontrol.

Tabel 4. Perbedaan Sikap Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=120)

Sikap	Mean	Median	SD	CI 95%	P value
Kelompok Intervensi	Pretest 55,42	61	17,380	57,48;63,59	0,000
	Posttest 76,18	75	2,274	75,60;76,77	
Kelompok Kontrol	Pretest 49,90	49	9,291	47,50;52,30	0,000
	Posttest 63,50	62	8,382	75,60;76,77	

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa hasil uji statistik non parametrik *Wilcoxon* dengan nilai *p value* pada kelompok intervensi yaitu 0.000 dan kelompok

kontrol yaitu 0.000 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sikap sebelum dan sesudah intervensi antara kelompok intervensi dan kontrol.

Tabel 5. Perbedaan Kadar Hb Sebelum dan Sesudah Intervensi Antara Kelompok Intervensi dan Kontrol

Kadar Hb	Mean	Median	SD	CI 95%	P value
Kelompok Intervensi	Pretest 11,112	11,150	1,0676	10,836;11,387	0,000
	Posttest 12,530	12,500	0,6624	12,359;12,701	
Kelompok Kontrol	Pretest 11,158	11,200	0,9819	10,905;11,412	0,000
	Posttest 11,488	11,500	0,9659	11,239;11,738	

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa hasil uji statistik parametrik *Paired Sample T Test* dengan nilai *p value* pada kelompok intervensi yaitu 0.000 dan kelompok

kontrol yaitu 0.000 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kadar Hb sebelum dan sesudah intervensi antara kelompok intervensi dan kontrol.

Tabel 6. Perbedaan Peningkatan Rata-Rata Pengetahuan, Sikap dan Kadar Hb Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Variabel	Kelompok	Mean	Median	SD	CI 95%	P Value
Pengetahuan	Intervensi	4,97	5	1,221	4,65;5,28	0,000 a)
	Kontrol	3,80	4	0,860	3,58;4,02	
Sikap	Intervensi	20,77	16	17,827	16,16;25,37	0,000 a)
	Kontrol	13,60	13	1,224	13,28;13,92	
Kadar Hb	Intervensi	1,418	1,350	0,4515	1,302;1,535	0,000 b)
	Kontrol	0,330	0,3	0,0497	0,317;0,342	

- a) Uji *Mann Whitney*
b) Uji *Independent T Test*

Berdasarkan tabel 6 didapatkan bahwa hasil uji statistik non parametrik *Mann Whitney* dengan nilai *p value* pada variabel pengetahuan yaitu 0.000, sikap yaitu 0.000 dan hasil uji statistik parametrik *Independent T Test*

dengan nilai *p value* pada variabel kadar Hb yaitu 0.000 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan peningkatan rata-rata pengetahuan, sikap dan kadar Hb antara kelompok intervensi dan kontrol.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Usia

Kadar Hb cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia, dimana mahasiswi yang berusia lebih tua memiliki kadar Hb yang lebih tinggi dibanding mahasiswi yang berusia lebih muda. Individu yang berada pada kelompok umur lebih muda memiliki kemungkinan yang sama dan bahkan lebih besar untuk memiliki kadar Hb yang rendah atau berada dalam kisaran angka yang dapat memengaruhi perkembangan kognitifnya (Sholikhah, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,023$). Didukung hasil penelitian Asmin (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,001$).

Pendidikan Orangtua

Tingkat pendidikan orangtua dapat memengaruhi faktor kesehatan keluarga sehingga untuk mencapai faktor kesehatan keluarga sehat dan optimal maka orang tua harus selalu mengetahui. Pendidikan ibu sangat penting untuk dapat memenuhi gizi keluarganya terutama pada masa remaja. Saat ini pengetahuan mengenai gizi telah berkembang secara signifikan seiring dengan

kemauan ibu dalam menambah pengetahuan sehingga dapat memberikan yang terbaik untuk anak remajanya sehingga dapat berkembang dengan baik (N. Nurhayati, 2025).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amanta (2025) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pendidikan orangtua dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,000$). Didukung hasil penelitian Asmin (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pendidikan orangtua dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,004$).

Sosial Ekonomi Orangtua

Pendapatan keluarga yang cukup dapat memberikan dukungan gizi dengan memenuhi semua kebutuhan preliminary dan sekunder anak. Keluarga yang memiliki pendapatan tinggi akan memengaruhi konsumsi makanan yang disajikan, di mana semakin tinggi penghasilan maka akan mengkonsumsi makanan yang bergizi. Jika pendapatan orang tua tinggi maka sangat mudah untuk menerima masukan yang dibutuhkan untuk anak, apabila orang tua berpenghasilan rendah merasa semakin sulit untuk mendapatkan fasilitas yang dibutuhkan mereka (N. Nurhayati, 2025).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indriani (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sosial ekonomi orangtua dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,000$). Didukung hasil penelitian Tarigan (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sosial ekonomi orangtua dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,001$).

Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi Antara Kelompok Intervensi dan Kontrol

Pengetahuan merupakan hasil dari pemahaman yang dimiliki seseorang tentang suatu objek melalui penggunaan indera mereka. Setiap orang memiliki tingkat pengetahuan yang unik, bergantung pada bagaimana mereka mengindra suatu objek atau fenomena tertentu. Proses penginderaan, saat menghasilkan pengetahuan, sangat dipengaruhi oleh tingkat intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek tersebut. Pengetahuan individu terkait suatu objek dapat mencapai tingkat atau intensitas yang bervariasi (Notoatmodjo, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jamaan (2025) didapatkan nilai pretest sebesar 60,43 dan nilai posttest sebesar 87,19 dengan peningkatan sebesar 26,76 yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi menggunakan video terhadap pengetahuan remaja tentang anemia ($p=0,000$). Didukung hasil penelitian Safitri (2024) didapatkan nilai pretest sebesar 65,19 dan nilai posttest sebesar 90 dengan peningkatan sebesar 24,81 yang menunjukkan terdapat pengaruh edukasi menggunakan video terhadap pengetahuan remaja tentang anemia ($p=0,0001$).

Edukasi kesehatan merupakan proses pembelajaran yang bersifat praktik maupun instruksi dengan tujuan untuk memberikan berbagai informasi maupun motivasi kepada seseorang sehingga diharapkan terjadi peningkatan wawasan serta keterampilan untuk mengimplementasikan pola hidup sehat (Nurmala, 2018). Remaja putri yang mempunyai tingkat pemahaman yang baik mengenai anemia biasanya mengkonsumsi makanan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan terhindar dari masalah anemia (Nabila, 2024).

Perbedaan Sikap Sebelum dan Sesudah Intervensi Antara Kelompok Intervensi dan Kontrol

Sikap merupakan reaksi atau respons yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku (Pakpahan, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2024) didapatkan nilai pretest sebesar 75,72 dan nilai posttest sebesar 91,66 dengan peningkatan sebesar 15,94 yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi menggunakan video terhadap sikap remaja tentang anemia ($p=0,0001$). Didukung hasil penelitian Wirdana (2025) didapatkan nilai pretest sebesar 31,38 dan nilai posttest sebesar 35,44 dengan peningkatan sebesar 4,06 yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi menggunakan video terhadap sikap

remaja tentang anemia ($p=0,000$).

Media edukasi merupakan salah satu faktor penentu berhasilnya suatu pendidikan kesehatan. Media video dinilai efektif dalam menyampaikan pembelajaran terutama pada era milenial. Media animasi sebagai media edukasi memiliki kemampuan untuk memaparkan sesuatu yang rumit atau kompleks serta sulit dijelaskan dengan hanya menggunakan gambar atau kata kata saja. Selain itu, media pembelajaran yang dibuat visualisasi ke dalam bentuk gambar animasi akan lebih bermakna dan menarik, lebih mudah diterima, dipahami dan lebih dapat memotivasi bagi peserta didik dalam menerima informasi yang diberikan (Hutasoit, 2022).

Perbedaan Kadar Hb Sebelum dan Sesudah Intervensi Antara Kelompok Intervensi dan Kontrol

Hemoglobin (Hb) merupakan zat protein yang terdapat dalam sel darah merah, eritrosit, yang memberi warna merah pada darah, dan merupakan pengangkut oksigen dan karbondioksida utama dalam tubuh (B. Nurhayati, 2021). Kadar hemoglobin adalah ukuran pigmen respiratorik dalam butiran-butiran darah merah, jumlah Hb dalam darah normal adalah kira-kira 15 gram setiap 100 ml darah dan jumlah ini biasanya disebut 100 persen (Chrisanto, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aredya (2024) didapatkan nilai pretest sebesar 9,93 dan nilai posttest sebesar 14,50 dengan peningkatan sebesar 4,57 yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi menggunakan video terhadap kadar Hb remaja tentang anemia ($p=0,001$). Didukung hasil penelitian Dwistika (2023) didapatkan nilai pretest sebesar

11,378 dan nilai posttest sebesar 14,244 dengan peningkatan sebesar 2,866 yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi menggunakan video terhadap kadar Hb remaja tentang anemia ($p=0,000$).

Proses edukasi kesehatan dibutuhkan suatu media penyampaian informasi yang efektif untuk menarik masyarakat seperti media video animasi, sehingga informasi yang disampaikan lebih menarik perhatian remaja putri. Video merupakan salah satu jenis media audio visual yang dapat menggambarkan suatu objek yang bergerak bersama-sama dengan suara alamiah atau suara yang sesuai. Kemampuan video melukiskan gambar hidup dan suara memberikan daya tarik sendiri. Video dapat menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep-konsep yang rumit, mengajarkan keterampilan, menyingkat atau memperpanjang waktu dan mempengaruhi sikap (Dewi, 2024).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pemberdayaan poskestren terhadap pengetahuan, sikap dan kadar Hb remaja putri di Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Buntet Pesantren Kabupaten Cirebon dapat disimpulkan bahwa Karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok intervensi diperoleh nilai *mean* sebesar 19,62 dan kelompok kontrol diperoleh nilai *mean* sebesar 20,68, pendidikan orangtua responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol berpendidikan SMA dan sosial ekonomi orangtua responden pada kelompok intervensi diperoleh nilai *mean* sebesar 3.205.000 dan kelompok kontrol diperoleh nilai *mean* sebesar

3.271.667. Terdapat perbedaan yang signifikan pengetahuan, sikap dan kadar Hb remaja putri sebelum dan sesudah diberikan media video edukasi anemia. Terdapat pengaruh yang signifikan media video edukasi anemia terhadap pengetahuan, sikap dan kadar Hb remaja putri.

Remaja putri disarankan aktif mengakses video edukasi anemia melalui platform digital atau poskestren, mengingat efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kadar Hb. Remaja putri hendaknya mengimplementasikan pengetahuan tersebut dalam perilaku harian seperti konsumsi tablet zat besi secara rutin, pilih makanan kaya zat besi dan melakukan pemeriksaan Hb berkala di poskestren atau puskesmas.

DAFTAR PUSTAKA

- Aiman, U. (2023). Pemeriksaan Status Gizi Dan Hemoglobin Untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Dedikatif Kesehatan Masyarakat*, 3(2). <https://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/dedikatifkesmas/article/view/590>
- Aisah, S. (2021). Edukasi Kesehatan Dengan Media Video Animasi: Scoping Review. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1). <https://core.ac.uk/download/pdf/478487152.pdf>
- Amanta, L. (2025). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Anak Usia 5-14 Tahun Di Rumah Sakit Umum Daerah Depati Bahrin Sungailiat Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1). <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i1.41048>
- Anwar, K. (2024). Hubungan Asupan Protein, Vitamin C Dan Zat Besi Terhadap Status Gizi Dan Kejadian Anemia Pada Siswi Di Mts Al-Mukhsin. *Binawan Studentjournal(Bsj)*, 6(1). <https://journal.binawan.ac.id/bsj/article/view/1406>
- Aredya, D. N. (2024). Pengaruh Videmia (Video Edukasi Anemia) Terhadap Pengetahuan, Sikap Tentang Anemia Dan Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb). *Prepotif : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3). <https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.35193>
- Asmin, M. L. P. (2024). Determinan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Usia 15- 24 Tahun Pada Daerah Pedesaan Di Indonesia (Analisis Data Riskesdas 2018. *Arc. Com. Health*, 11(1). <https://doi.org/10.24843/Arch.2024.V11.I01.P02>
- Asri, Y. (2023). Pembentukan Pos Kesehatan Pesantren (Poskestren) Di Pondok Pesantren Darul Mukhlisin Kota Malang. *Dedikasi Saintek: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2). <https://doi.org/10.58545/djpm.v2i2.188>
- Chrisanto, E. Y. (2022). Asuhan Keperawatan Anemia Ibu Hamil Dengan Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) Di Puskesmas Satelit Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdiankepadamasyarakat*, 5(10). <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.7576>
- Dewi, D. (2024). Pengaruh Edukasi Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Abulyatama Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Kesehatan*

- Tambusai, 5(4).
<https://doi.org/10.31004/jkt.v5i4.38330>
- Dinkes Provinsi Jawa Barat. (2018). *Laporan Provinsi Jawa Barat Riskesdas 2018*.
- Domili, I. (2021). Protein And Iron Intake Among Female Adolescents In Smp Negeri 10 In Gorontalo City. *Journal Of Noncommunicable Diseases*, 1(1).
<https://jurnal.poltekkesgorontalo.ac.id/index.php/jond/article/viewfile/222/>
- Dwistika, W. F. (2023). Pengaruh Edukasi Anemia Dengan Video Animasi Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di Smpn 17 Samarinda. *Advances In Social Humanities Research*, 1(8).
<https://doi.org/10.46799/adv.v1i8.117>
- Estri, B. A. (2021). Hubungan Imt Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 2 Ngaglik Kabupaten Sleman. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2).
<https://jurnal.stikeskendekiautamakudus.ac.id/index.php/jkm/article/view/683>
- Hardianti, D. P. (2021). Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Tentang Cuci Tangan Pakai Sabun Di Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(1).
<https://doi.org/10.34011/jks.v2i1.1816>
- Humaira, S. (2022). Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan Di Pondok Pesantren Al-Fatah Singkawang. *Pontianak Nutrition Journal*, 5(2).
<https://doi.org/10.30602/pnj.v5i2.1038>
- Hutasoit, M. (2022). Pengaruh Video Animasi Tentang Pencegahan Anemia Dengan Perubahan Pengetahuan Remaja Putri. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(4).
<https://doi.org/10.35842/mr.v17i4.634>
- Indriani, F. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Inch : Journal Of Infant And Child Healthcare*, 2(1).
<https://doi.org/10.36929/inch.v2i1.693>
- Jamaan, T. (2025). Pengaruh Edukasi Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Anemia Dan Tablet Fe. *Jurnal Maternitas Aisyah (Jaman Aisyah)*, 6(1).
<https://doi.org/10.30604/jaman.v6i1.1935>
- Muhayati, A. (2019). Hubungan Antara Status Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(1).
<https://journals.stikim.ac.id/index.php/jiiki/article/view/183>
- Nabila, P. R. (2024). Efektivitas Edukasi Anemia Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi. *Jurnal Abmas Negeri (Jagri)*, 5(1).
<https://doi.org/10.36590/jagri.v5i1.740>
- Notoatmodjo, S. (2021). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurhayati, B. (2021). *Hematologi*. Kemenkes RI.
- Nurhayati, N. (2025). Faktor Ekonomi Dan Pendidikan Orang Tua Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Di Smk Pelita Alam. *Maheesa: Malahayati Health Student Journal*, 5(2).
<https://doi.org/10.33024/maheesa.v5i3.16730>

- Nurjanah, F. W. (2023). Edukasi Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dengan Terapi Farmakologi Dan Non Farmakologi. *Jurnal Budimas*, 5(2). <https://Jurnal.Stie-Aas.Ac.Id/Index.Php/Jaim/Article/View/10018>
- Nurmala, I. (2018). *Promosi Kesehatan*. Airlangga University Press.
- Pakpahan, M. (2021). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Pertiwi, D. (2022). Hubungan Karakteristik Sosiodemografi, Pengetahuan, Dan Praktik Personal Hygiene Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Sirnagalih. *Jurnal kesehatan komunitas*, 8(2). <https://doi.org/10.25311/Keskom.Vol8.Iss2.1218>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Riskesdas 2018*. Kemenkes RI.
- Safitri, E. D. (2024). Efektivitas Penggunaan Media Video Animasi Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *Ilmu Gizi Indonesia*, 7(2). <https://doi.org/10.35842/ilgi.V7i2.443>
- Sari, Y. (2022). Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Melalui Penggunaan Videoanimasi. *Jurnalbidancerdas*, 4(4). <https://doi.org/10.33860/Jbc.V4i4.1038>
- Sholikhah, A. M. (2021). Anemia Di Kalangan Mahasiswi: Prevalensi Dan Kaitannya Dengan Prestasi Akademik. *Mtp Journal*, 5(1). <https://doi.org/10.33086/Mtp.hj.V5i1.1907>
- Siregar, P. A. (2020). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Uin Sumatera Utara.
- Tarigan, R. A. (2024). Determinan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 6(2). <http://dx.doi.org/10.30633/Jsm.V6i2.2066>
- Who (World Health Organization). (2023). *Anaemia*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>
- Wirdana, D. (2025). Perbedaan Pendidikan Kesehatan Dengan Mediavideo Animasi Dan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Terhadap Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Kota Kendari Tahun 2024. *Jurnal Inovasi Kesehatan Adaptif*, 7(3). <https://jurnalhost.com/index.php/jika/article/view/2509>
- Yulianti. (2023). 53 Persen Remaja Putri Di Kabupaten Cirebon Anemia. *Artikel*. <https://rri.co.id/index.php/kesehatan/437682/53-Persen-Remaja-Putri-Di-Kabupaten-Cirebon-Anemia>