

ABSTRAK

DELYFIA HILWA YUDISTAN 2023. Penyuluhan Gizi Menggunakan Media *Booklet* terhadap Tingkat Pengetahuan, Asupan Makan, serta Kadar Hemoglobin Santriwati. Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. **(dibawah bimbingan: Dr. Annasari Mustafa, SKM., M. Sc., RD. dan Rany Adelina, S.Gz., MS.)**.

Anemia merupakan kondisi seseorang dengan kadar hemoglobin di bawah batas normal yaitu <12 g/dL untuk wanita. Kasus terjadinya anemia di Indonesia pada data laporan RISKESDAS tahun 2018 bahwasannya prevalensi anemia remaja sebesar 32% dimana 3-4 dari 10 remaja putri yang menderita anemia yang dipengaruhi oleh asupan gizi yang tidak optimal serta kurangnya aktifitas fisik. Pada pondok pesantren sabilulrosyad didapatkan santriwati dengan rentang usia 12 hingga 17 tahun sebanyak 31 santriwati memiliki kadar hemoglobin rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media *Booklet* terhadap tingkat pengetahuan, asupan makan, serta kadar hemoglobin santriwati.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian menggunakan metode *Quasi Eksperimental* dengan model desain *One-Group Pretest-Posttest Desain* dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling* jenis *purposive sampling*.

Hasil penelitian didapatkan pengaruh yang signifikan dengan hasil uji statistik *wilcoxon* menunjukkan nilai $p\text{-value}=0,000$ ($p<0,05$), bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan, asupan makan, kadar hemoglobin yang signifikan sebelum dan sesudah diberikannya penyuluhan menggunakan media *booklet*.

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi tambahan mengenai anemia dan pihak institusi dapat menanggulangi kejadian anemia untuk memutus rantai dan memperkecil prevalensi terjadinya anemia pada santriwati.

Kata Kunci: Anemia, Remaja Putri, Kadar Hemoglobin, Asupan Makan

ABSTRACT

DELYFIA HILWA YUDISTAN 2023. Nutrition Counseling Using *Booklet* Media on the Level of Knowledge, Food Intake, and Hemoglobin Levels of Santriwati. Bachelor of Applied Nutrition and Dietetics Study Program, Department of Nutrition, Health Polytechnic of the Ministry of Health Malang. **(under the guidance of: Dr. Annasari Mustafa, SKM., M. Sc., RD. and Rany Adelina, S.Gz., MS.).**

Anemia is a condition of a person with hemoglobin levels below the normal limit of $<12 \text{ g / dL}$ for women. The case of anemia in Indonesia in the 2018 RISKESDAS report data shows that the prevalence of adolescent anemia is 32%, where 3-4 out of 10 adolescent girls suffering from anemia are influenced by non-optimal nutritional intake and lack of physical activity. In the Sabilulrosyad Islamic boarding school, 31 female students with an age range of 12 to 17 years were found to have low hemoglobin levels. This study aims to determine the effect of nutrition counseling using *Booklet* media on the level of knowledge, food intake, and hemoglobin levels of students.

This type of research is quantitative. The study used the *Quasi-Experimental* method with a *One-Group Pretest-Posttest Design* design model with sampling techniques used in this study was *non-probability* sampling type *purposive sampling*.

The results of the study found a significant influence with the results of the *Wilcoxon* statistical test showing a value of $p\text{-value} = 0.000$ ($p = 0.05$), that there were significant differences in the level of knowledge, food intake, hemoglobin levels before and after counseling using *booklet media*.

This research is expected to be used as additional information about anemia and the institution can overcome the incidence of anemia to break the chain and minimize the prevalence of anemia in students.

Keywords: Anemia, Teenage Girl, Hemoglobin Levels, Food Intake