

ABSTRAK

Dewi Nur Rohmah. 2024. Perbedaan Pengetahuan Dan Tingkat Konsumsi Protein, Zat Besi Dan Vitamin C Pada Remaja Putri Melalui Edukasi Anemia Dengan Media Booklet di SMP Islam Ma'arif 03 Malang: **Ibnu Fajar SKM., M.Kes., RD dan I Dewa Nyoman Supariasa, MPS**

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari kadar normal. Kelompok rawan mengalami anemia salah satunya adalah remaja putri karena setiap bulan mengalami menstruasi. Pencegahan anemia dilakukan 2 cara yaitu pendekatan berbasis medis dengan pemberian suplementasi tablet tambah darah dan pendekatan berbasis pangan dengan perbaikan gizi. Perbaikan gizi dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan sumber protein dan tinggi zat besi sedangkan vitamin C dibutuhkan untuk membantu penyerapan zat besi. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen yaitu pre-eksperimen yaitu one group pretest-posttest design yaitu desain penelitian yang terdapat pre-test sebelum diberikan perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan. Penelitian ini menggunakan 1 kelompok penelitian yang akan diberikan intervensi edukasi anemia menggunakan media booklet. Terdapat perbedaan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan nilai signifikan $p=0,00<0,05$ ($p<0,05$). Terdapat perbedaan tingkat konsumsi protein responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan nilai signifikan $p=0,00<0,05$ ($p<0,05$). Tidak terdapat perbedaan tingkat konsumsi zat besi responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan nilai signifikan $p=0,10>0,05$ ($p>0,05$). Tidak terdapat perbedaan tingkat konsumsi vitamin C responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan nilai signifikan $p=0,08>0,05$ ($p>0,05$). Ada perbedaan terhadap pengetahuan dan tingkat konsumsi protein pada siswi di SMP Islam Ma'arif 03 Malang. Tidak ada perbedaan tingkat konsumsi zat besi dan vitamin C pada siswi di SMP Islam Ma'arif 03 Malang melalui edukasi anemia dengan media booklet.

Kata Kunci: Anemia, Booklet, Edukasi, Remaja Putri