

SKRIPSI
PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN “ ISI PIRINGKU” TERHADAP
PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA SISWI
DI SMPN 31 PADANG

Penelitian Keperawatan Anak



ALIFIA PUTRI

NIM. 2111312042

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2025

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

FEBRUARI 2025

NAMA : ALIFIA PUTRI

NO. BP : 2111312042

**Pengaruh Pendidikan Kesehatan “Isi Piringku” Terhadap Perilaku
Pencegahan Anemia Pada Siswi di SMPN 31 Padang**

ABSTRAK

Anemia pada remaja putri masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan di Indonesia. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk asupan makan, kecukupan asupan zat gizi, serta pengetahuan, sikap, dan tindakan dalam pencegahan anemia. Upaya peningkatan kesadaran dan pemahaman remaja mengenai pencegahan anemia dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan "Isi Piringku" terhadap perilaku pencegahan anemia pada siswi SMPN 31 Padang. Desain penelitian menggunakan *pre-eksperimen* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest*, melibatkan 84 siswi yang dipilih secara acak. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur pengetahuan, sikap, dan tindakan siswi, dan dianalisis menggunakan *uji Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan setelah intervensi. Pengetahuan baik meningkat dari 51,2% menjadi 86,9%, sikap positif meningkat dari 51,2% menjadi 77,4%, dan tindakan pencegahan anemia yang lebih baik meningkat dari 51,2% menjadi 71,4%. Uji statistik menunjukkan *p-value* 0,000 pada semua variabel, menunjukkan perbedaan signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan isi piringku berperan dalam meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri. Oleh karena itu remaja putri diharapkan lebih aktif dalam menerapkan asupan makan sehat sesuai dengan prinsip gizi seimbang untuk mencegah anemia pada remaja. Hal ini dapat dilakukan dengan meningkatkan konsumsi makanan kaya zat besi, vitamin C, serta menghindari kebiasaan yang menghambat penyerapan zat besi.

Kata Kunci: Anemia, Isi Piringku, Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Sikap, Tindakan

Daftar Pustaka : 92 (2010-2024)

**UNDERGRADUATED NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
FEBRUARY 2025**

Name : Alifia Putri

Registered Number : 2111312042

***The Influence of "Isi Piringku" Health Education on Anemia Prevention
Behavior in Female Students at SMPN 31 Padang***

ABSTRACT

Anemia in adolescent girls remains a significant health issue in Indonesia. This condition can be influenced by various factors, including dietary intake, nutritional adequacy, as well as knowledge, attitudes, and actions related to anemia prevention. Efforts to raise awareness and understanding among adolescents about anemia prevention can be carried out through health education. This study aims to analyze the impact of the "Isi Piringku" health education program on anemia prevention behaviors in female students at SMPN 31 Padang. The research design used a pre-experimental approach with a One Group Pretest-Posttest design, involving 84 randomly selected students. Data were collected using a questionnaire to assess the students' knowledge, attitudes, and actions, and analyzed using the Wilcoxon test. The results showed a significant improvement after the intervention. The percentage of students with good knowledge increased from 51.2% to 86.9%, positive attitudes increased from 51.2% to 77.4%, and better anemia prevention actions increased from 51.2% to 71.4%. Statistical tests showed a p-value of 0.000 for all variables, indicating significant differences. The results suggest that the "Isi Piringku" health education program plays a role in improving anemia prevention behaviors in adolescent girls. Therefore, it is expected that adolescent girls will be more proactive in implementing healthy eating practices according to balanced nutrition principles to prevent anemia. This can be achieved by increasing the consumption of iron-rich foods, vitamin C, and avoiding habits that hinder iron absorption.

Keywords : Anemia, Isi Piringku, Health Education, Knowledge, Attitude, Behavior

References: 92 (2010-2024)