

SKRIPSI

**PENGARUH EDUHEALTH GIZI TERHADAP
PENGETAHUAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MTS
MA'ARIF KETEGAN TANGGULANGIN SIDOARJO**



Oleh:

**WIDYA EKA ANDRINA
NIM: 202205010**

**PRODI STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026**

SKRIPSI
PENGARUH EDUHEALTH GIZI TERHADAP
PENGETAHUAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MTS
MA'ARIF KETEGAN TANGGULANGIN SIDOARJO

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan Pada

Universitas Bina Sehat PPNI

Kabupaten Mojokerto



Oleh:

WIDYA EKA ANDRINA
NIM: 202205010

PRODI STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Widya Eka Andrina
NIM : 202205010
Prodi : S1 KEBIDANAN
Fakultas : FIKES
Judul : PENGARUH EDUHEALTH GIZI TERHADAP PENGETAHUAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI DI MTS MA'ARIF KETEGAN TANGGULANGIN SIDOARJO

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 7/27/2026



Widya Eka Andrina
202205010

LEMBAR PERSETUJUAN

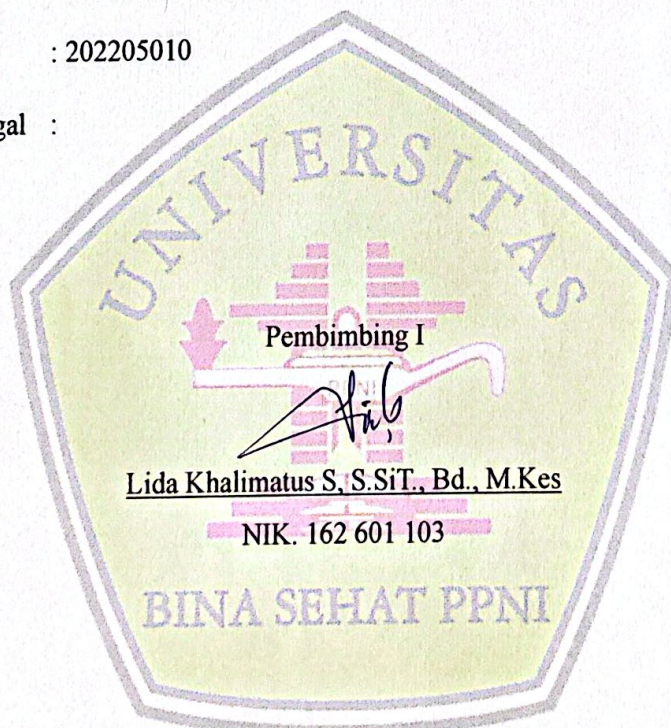
Karya tulis Ilmiah/skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk di ajukan dalam
Ujian Akhir Program Studi S1 Ilmu Kebidanan

Judul : Pengaruh Eduhealth Gizi Terhadap Pengetahuan Anemia pada Remaja
Putri di MTS Ma'arif Ketegan Sidoarjo

Nama : Widya Eka Andrina

NIM : 202205010

Pada tanggal :



Pembimbing II


Naning Puji S, SST., Bd., M.Kes
NIK. 162 601 069



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : WIDYA EKA ANDRINA
NIM : 202205010
Program Studi : Ilmu Kebidanan
Pada Tanggal : 30 Juli 2026
Judul Skripsi : "PENGARUH EDUHEALTH GIZI TERHADAP
PENGETAHUAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI
DI MTS MA'ARIF KETEGAN
TANGGULANGIN SIDOARJO"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Rina Mardiyana, SST., Bd., M. Kes. (.....)
Penguji 1 : Lida Khalimatus Sa'diya, SSiT., Bd., M. Kes. (.....)
Penguji 2 : Naning Puji Suryantini, SST., Bd., M. Kes. (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 30 Juli 2026

Ka. Prodi Ilmu Kebidanan

Indra Yulianti, SST., Bd., M. Kes.
NIK : 162.601.106

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis pamjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh eduhealth Gizi Terhadap Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri di MTS Ma’arif Ketegan Sidoarjo”** dengan baik. skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Program Studi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat Ppni Mojokerto. Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, namun berkat bantuan dari berbagai pihak skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Indah Lestari, S.Kep. Ns., M.Kes Selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk melanjutkan pendidikan di Fakultas Kesehatan Universitas Bina sehat PPNI Mojokerto.
2. Dr. Lilik Ma’rifatul Azizah, S.Kep. Ns., M.Kes Sebagai dekan Unniversitas bina Sehat PPNI Mojokerto.
3. Indra Yulianti, SST., Bd., M.Kes Sebagai Ketua Prodi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
4. Rina Mardiyana, SST., Bd., M.Kes Selaku Penguji I yang telah meluangkan waktu dalam menguji penulis
5. Lida Khalimatus S, S.SiT., Bd., M.Kes Selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu kepada penulis untuk proses bimbingan
6. Naning Puji S, SST., Bd., M.Kes Selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktu kepada penulis untuk proses bimbingan
7. Seluruh Dosen Pengajar di Prodi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
8. Semua pihak yang telah membantu dalam skripsi

9. Para Staff Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah berkontribusi dalam penyelesaian Tugas Akhir ini

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan proposal penelitian ini.

Mojokerto, 28 April 2026

Penulis



DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR KEBERSEDIAAN MENGUJI SKRIPSI	v
KATA PENGANTAR.....	vi
MOTTO.....	viii
LEMBAR PERSEMBAHAN	ix
ABSTRACT	xi
ABSTRAK	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan umum	6
1.3.2 Tujuan khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoretis	7
1.4.2 Bagi Remaja Putri.....	7

1.4.3 Bagi Instansi	7
1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Remaja.....	9
2.1.1 Definisi Remaja	9
2.1.2 Tahap Perkembangan Remaja.....	10
2.1.3 Gaya Hidup Remaja masa kini	11
2.2 Eduhealth.....	11
2.2.1 Definisi Eduhealth	11
2.2.2 Tujuan Edukasi	12
2.2.3 Sasaran Edukasi	13
2.2.4 Metode dan Media Edukasi Kesehatan.....	15
2.3 Konsep Dasar Gizi.....	17
2.3.1 Pengertian Gizi	17
2.3.2 Jenis Zat Gizi	18
2.3.3 Kebutuhan Gizi Remaja Putri.....	21
2.3.4 Hubungan Gizi dengan Anemia.....	23
2.4 Konsep Dasar Pengetahuan.....	24
2.4.1 Definisi pengetahuan	24
2.4.2 Tingkatan Pengetahuan.....	25
2.4.3 Faktor yang mempengaruhi pengetahuan	26
2.4.4 Pengukuran pengetahuan dan interpretasi hasil	28
2.5 Pengertian Anemia.....	28
2.5.1 Pengertian Anemia.....	28

2.5.2 Klasifikasi Anemia Berdasarkan Kadar Hb	30
2.5.3 Penyebab Anemia	31
2.5.4 Dampak Anemia	32
2.5.5 Pencegahan Anemia.....	33
2.6 Hasil Penelitian Terdahulu.....	33
2.7 Kerangka teori	35
2.8 Kerangka konseptual	36
2.9 Hipotesis.....	37
BAB III.....	37
3.1 Desain Penelitian.....	37
3.2 Populasi, Sampling, dan Sample	38
3.2.1 Populasi.....	38
3.2.2 Sample	38
3.2.3 Sampling	41
3.3 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	42
3.3.1 Identifikasi Variabel.....	42
3.3.2 Definisi Oprasional.....	43
3.4 Pengumpulan Data.....	44
3.4.1 Instrumen Penelitian	44
3.4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	44
3.4.3 Prosedur Penelitian (Kerangka Kerja)	46
3.5 Analisis Data.....	47
3.5.1 Pengolahan Data	48
3.5.2 Uji Validitas dan Reabilitas.....	51

3.6 Etika Penelitian.....	52
3.7 Keterbatasan Penelitian	53
 BAB IV	 54
HASIL DAN PEMBAHASAN	54
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	54
4.2 Pelaksanaan Penelitian	55
4.2.1 Hari Pertama	55
4.2.2 Hari Kedua.....	55
4.2.3 Hari Ketiga.....	56
4.2.4 Hari Keempat.....	56
4.2.5 Hari Kelima.....	56
4.2.6 Hari Keenam.....	57
4.3 Hasil Penelitian.....	58
4.3.1 Data Umum.....	58
4.3.2 Data Khusus.....	60
4.4 Pembahasan	65
4.4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	65
4.4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas.....	66
4.4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Mendapatkan Informasi Tentang Anemia	67
4.4.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi.....	68
4.4.5 Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Sebelum Diberikan Eduhealth Gizi	69
4.4.6 Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Sesudah Diberikan Eduhealth Gizi	70

4.4.7 Pengaruh Eduhealth Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang anemia di MTs Ma'arif Ketegan Sidoarjo.....	72
BAB V.....	75
PENUTUP.....	75
5.1 Kesimpulan.....	75
5.2 Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	77



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Anemia Berdasarkan Kadar Hemoglobin Menurut umur .. 30

Tabel 3. 1 Ukuran Sample Remaja Putri di MTS Ma'arif Ketegan Sidoarjo 40

Tabel 3. 2 Definisi Operasional pengaruh Eduhealth gizi terhadap kejadian Anemia pada emaja putri di mts ma'arif ketegan..... 43



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori Pengaruh E duhealth Gizi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Mts Ma'arif Ketegan Sidoarjo.....	35
Gambar 2. 2 Kerangka konsep Pengaruh Eduhealth Gizi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Mts Ma'arif Ketegan Sidoarjo.....	36
Gambar 3. 1 Bagan Kerangka Kerja Pengaruh Eduhealth Gizi terhadap pengetahuan Anemia pada Remaja Putri di Mts Ma'arif Ketegan tanggulangin sidoarjo	46



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Pengajuan judul skripsi	81
Lampiran 2 Surat izin study pendahuluan.....	82
Lampiran 3 Surat Balasan	83
Lampiran 4 Kisi-Kisi Kuesioner	84
Lampiran 5 Lembar Kuesioner	85
Lampiran 6 Hasil Uji validitas dan reliabilitas	95
Lampiran 7 Tabulasi data penelitian	97
Lampiran 8 Dokumentasi penelitian	99
Lampiran 9 Lembar Bimbingan proposal skripsi.....	109
Lampiran 10 Lembar Bimbingan Skripsi.....	111
Lampiran 11 Lembar hasil uji smilaritas.....	113
Lampiran 12 Lembar Satuan Acara (SAP).....	114
Lampiran 13 Materi Penyuluhan.....	117

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S. P., Nugroho, F. S., & Raharjo, B. (2023). *Promosi dan Pendidikan Kesehatan di Masyarakat (strategi dan Tahapannya)* (Cetakan Pe). PT Global Eksekutif Teknologi.
- Akbar, A., & Zahfa, F. (2025). *Validitas and Reliabilitas Validity and Reliability*. 8781–8787.
- Andini, F. R., & Agestika, L. (2022). *Efektivitas Edukasi Gizi Berbasis Digital Melalui Peer-group dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri The Effectiveness of Digital-Based Nutrition Education through Peer-group to Prevent Anemia among Adolescent*. 6(1). <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i1SP.2022.220-225>
- Arafa, A., Yasui, Y., Kokubo, Y., Kato, Y., Matsumoto, C., Teramoto, M., Nosaka, S., & Kogirima, M. (2024). *Lifestyle Behaviors of Childhood and Adolescence : Contributing Factors , Health Consequences , and Potential Interventions*. 0(0), 1–19. <https://doi.org/10.1177/15598276241245941>.
- Auliya, y, Siauta, J. ., & Nizmadilla, Y. (2022). analisis anemia pada remaja putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v4i4.1259>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)* 2018. <https://labmandat.litbang.kemkes.go.id/riset-badan-litbangkes/menu-risikesnas/menu-risikesdas/426-rkd-2018>
- Budiman, & Agus Riyanto. (2013). *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian*. Salemba Medika.
- Christian Edwin, Maudina Safitri, Andika Raga, Yonathan Adi Saputra, Latiful

- Qolbi, Monica Trifena, Goldwin Budianto, Jhosua Kharis, Livia Bhelina Budi, Nayla Khalida Verzaendri, & Melati Arindhiani Makolola Widodo. (2024). *Penerapan Edukasi Gizi Seimbang Berbasis Empat Pilar dan Isi Piringku Bagi Anak-Anak di Rumah Ruth Bandung*. 3(12), 684–688.
- Dewi Rahayu, Idayanti, H. A., & Paramita, I. S. (2024). *buku saku remaja*. penerbit.salnesia.id/index.php/press
- Girls, A., Regency, D., Hafid, F., Nuswantari, A., & Sariman, S. (2025). *Iron Supplement Consumption , Dietary Intake , Nutritional Status , and Anemia Among Key Messages : 4(2)*.
- He, Z., Cheng, Z., Shao, T., Liu, C., Shao, P., Bishwajit, G., & Feng, D. (2016). *Factors Influencing Health Knowledge and Behaviors among the Elderly in Rural China*. 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph13100975>
- Kemendes. (2022). *Isi Piringku pedoman makanan kekinian orang indonesia*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/isi-piringku-pedoman-makan-kekinian-orang-indonesia>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022a). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur*. <https://gizi.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022b). *pilar utama dalam prinsip gizi seimbang*. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/179/pilar-utama-dalam-prinsip-gizi-seimbang
- Kementrian Kesehatan Republik indonesia. (2023). *Buku saku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil dan Remaja Putri*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kristin, N., Jutomo, L., & Boeky, D. L. A. (2022). *Hubungan Asupan Zat Gizi Besi Dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri*. 1(3), 189–195. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i3.1077>
- Kristiyani, D., Hanifah, A. N., Santoso, H., & Nugroho, W. (2024). *Health*

Dynamics Enhancing Knowledge and Compliance in Anemia Treatment Through a WhatsApp Group at SMPN 1 Karangrejo , Magetan , Indonesia Health Dynamics. 1(7), 252–258.

Laurence, M. C., Titaley, C. R., Tahitu, R., Asmin, E., Kailola, N. E., Istia, S. S., Tando, Y. D., & Pasamba, L. A. (2025). *The effect of WhatsApp-based reminders on enhancing knowledge and adherence to weekly iron-folic acid supplementation among adolescent girls in Maluku , Indonesia. March, 1–10.* <https://doi.org/10.3389/fdgth.2025.1542006>

Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (Cetakan Pe).* Rineka Cipta.

Pada, P., Keperawatan, A., Mardalena, I., Kep, S., & Si, M. (n.d.). *ILMU GIZI.*

Pemerintah Kabupaten Sidoarjo. (2024). *Sidoarjo Bersatu Tekan Stunting, Anemia Jadi Fokus Utama.* <https://sidoarjokab.go.id/berita/detail/1728472624/next>

poniman, arjunah, asni nua, sudirman, & ahmad yani. (2025). *anemia pada perempuan dan remaja putri.* <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i2.47606>

Putri, R., Anemia, T., & Besi, Z. A. T. (n.d.). *No Title.* 1–12.

Rosita, S., & Yani, E. D. (n.d.). *UNTUK REMAJA PUTRI (PERUBAHAN POLA MAKAN).*

Santos, A. F., Chavarria, E. A., & Gavilanes, M. (2022). Effectiveness of instant messaging applications in health education interventions: A systematic review. *BMC Public Health*, 22, 1194. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14150-7>

Sari, P., Marhaeni, D., Herawati, D., Dhamayanti, M., & Hilmanto, D. (2022). *Anemia among Adolescent Girls in West Java , Indonesia : Related Factors and Consequences on the Quality of Life.* 1–13.

- Shari, W. W. (2021). *The Relationship Between Level of Knowledge and Behaviors of COVID-19 Prevention among Indonesian Population*. 16(2), 155–161.
- Sugiyono. (2022). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF KUALITATIF DAN R&D*. www.cvalfabeta.com
- Swarjana, i K. (2022). *KONSEP PENGETAHUAN, SIKAP, PERILAKU, PERSEPSI, STRES, KECEMASAN, NYERI, DUKUNGAN SOSIAL, KEPATUHAN, MOTIVASI, KEPUASAN, PANDEMI COVID-19, AKSES LAYANAN KESEHATAN – LENGKAP DENGAN KONSEP TEORI, CARA MENGUKUR VARIABEL, DAN CONTOH KUESIONER*. Penerbit Andi.
- World Health Organization. (2020). *Digital Health Interventions for Health promotion and disease prevention*. https://www.who.int/publications?utm_source=chatgpt.com
- World Health Organization. (2024). *Adolescent Health*. <https://www.who.int/health-topics/adolescent-health>
- World Health Organization. (2011). *Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/85839>
- World Health Organization. (2016). *Health Promotion*.
- World Health Organization. (2025). *Global anaemia estimates*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240113930>
- Yang, Q., & Van Stee, S. K. (2019). The comparative effectiveness of mobile phone interventions in improving health outcomes: Meta-analytic review. *JMIR MHealth and UHealth*, 7(4), e11244. <https://doi.org/10.2196/11244>
- Yogyakarta, P. K. (2023). *Posyandu remaja*.