

KARYA TULIS ILMIAH

**PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG TABLET BESI
MELALUI PENYULUHAN DENGAN MEDIA LEAFLET
PADA SISWI MA PONDOK PESANTREN MODERN
AR-RAHMAT MAJALENGKA**



**ELSA SEPTIANI PUTRI
NIM.P2.06.31.2.23.015**

**PRODI D-III GIZI CIREBON
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN
KESEHATAN TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG TABLET BESI
MELALUI PENYULUHAN DENGAN MEDIA LEAFLET
PADA SISWI MA PONDOK PESANTREN MODERN
AR-RAHMAT MAJALENGKA**



**ELSA SEPTIANI PUTRI
NIM.P2.06.31.2.23.015**

**PRODI D-III GIZI CIREBON
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN
KESEHATAN TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya pada Program Studi D-III Gizi Cirebon Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Penulis menyadari proposal penelitian ini masih banyak kekurangan karena keterbatasan kemampuan dan pengetahuan penulis. Proposal ini dapat terwujud berkat bimbingan, arahan dan bantuan dari berbagai pihak. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, M. Si selaku Ketua Program Studi Diploma III Gizi Cirebon.
3. Priyo Sulistiyono, SKM, MKM selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, pengetahuan, dan semangat dalam penyusunan proposal penelitian.
4. Isnar Nurul Alfiah, S. Gz, M. Gizi selaku dosen penguji 1 yang telah memberikan dukungan dan saran dalam penyusunan proposal penelitian.
5. Marianawati Saragih, SST, M. Gizi selaku dosen penguji 2 yang telah memberikan dukungan dan saran dalam penyusunan proposal penelitian.
6. Seluruh dosen staf Program Studi D-III Gizi Cirebon yang telah memberikan motivasi dan masukan dalam penyusunan proposal penelitian.
7. Teristimewa untuk kedua orang tua dan keluarga atas doa, kasih sayang, dan dukungan yang tidak pernah putus, baik dalam bentuk semangat maupun pengorbanan selama penulis menempuh pendidikan.
8. Sahabat dan teman terkasih Alinda, Kezia, Okta, Putri yang sudah menjadi partner dan tempat berkeluh kesah yang senantiasa menemani penulis dalam keadaan sulit dan senang, memberikan dukungan serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan di masa mendatang. Semoga tugas akhir ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan menjadi tambahan pengetahuan di bidang yang terkait.

Cirebon, 18 Mei 2026

Elsa Septiani Putri

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Teori.....	6
B. Kerangka Teori.....	18
C. Kerangka Konsep.....	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	20
A. Jenis Penelitian.....	20

B. Waktu dan Tempat Penelitian	20
C. Populasi dan Sampel	21
D. Variabel dan Definisi Operasional	23
E. Teknik Pengumpulan Data	26
F. Instrumen Penelitian	28
G. Pengolahan dan Analisis Data	29
H. Jalannya Penelitian.....	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
A. Hasil Penelitian	33
B. Pembahasan.....	33
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	43
A. Kesimpulan	44
B. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN	48

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Definisi Operasional	24
Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Siswi Tentang Tablet Besi Sebelum dan Setelah Edukasi Menggunakan Media Leaflet	34
Tabel 3. Rata-rata Nilai Siswi Sebelum dan Sesudah Edukasi Tentang Tablet Besi Menggunakan Media Leaflet	35
Tabel 4. Daya Tarik Siswi Terhadap Media Leaflet	35

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian.....	18
Gambar 2. Kerangka Konsep	20
Gambar 3. Desain Penelitian.....	21

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian.....	50
Lampiran 2. Informed Consent	51
Lampiran 3. Media Leaflet.....	52
Lampiran 4. Lampiran Penelitian.....	52
Lampiran 5. Data SPSS.....	54
Lampiran 6. Dokumentasi Kegiatan	55

Increasing Knowledge of Iron Tablets through Counseling with Leaflet Media for MA Students of the AR-Rahmat Majalengka Modern Islamic Boarding School

Elsa Septiani Putri¹ , Priyo Sulistiyono²

ABSTRACT

Iron deficiency anemia remains a major public health problem among adolescent girls in Indonesia. Limited knowledge regarding the importance of iron tablet consumption is one of the factors contributing to low adherence to iron tablet intake. Health education using leaflet media is expected to improve adolescent girls' knowledge about the importance of consuming iron tablets.

This study aimed to determine the effectiveness of health education using leaflet media in improving students' knowledge about iron tablets at MA Pondok Pesantren Modern AR-Rahmat Majalengka.

This pre-experimental study employed a one-group pre-test and post-test design involving 50 female students selected through simple random sampling. Data were collected using knowledge questionnaires and a leaflet attractiveness questionnaire, and were analyzed using univariate analysis.

The findings showed that the proportion of students with good knowledge increased from 0% in the pre-test to 100% in the post-test. The mean knowledge score increased from 63.26 ± 6.68 before the intervention to 99.04 ± 2.22 after the intervention, with an average score increase of 35.77 ± 7.20 and the highest increase reaching 47.37. All respondents (100%) experienced an improvement in their knowledge scores. Evaluation of the leaflet media showed that 47.1% of students considered the media attractive and 39.2% considered it very attractive.

Health education using leaflet media was effective in improving students' knowledge regarding iron tablets at MA Pondok Pesantren Modern AR-Rahmat Majalengka.

Keywords: *Knowledge, Iron Tablets, Counseling, Young Women*

¹Students of the DIII Nutrition Study Program Cirebon Polytechnic of the Ministry of Health of Tasikmalaya

²Lecturer of the DIII Nutrition Study Program Cirebon Poltekkes of the Ministry of Health of Tasikmalaya

Peningkatan Pengetahuan Tentang Tablet Besi Melalui Penyuluhan Dengan Media Leaflet Pada Siswi MA Pondok Pesantren Modern AR-Rahmat Majalengka

Elsa Septiani Putri¹ , Priyo Sulistiyono²

ABSTRAK

Anemia defisiensi besi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang cukup tinggi pada remaja putri di Indonesia. Rendahnya pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi tablet besi menjadi salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya kepatuhan konsumsi tablet besi. Penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media leaflet diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pentingnya konsumsi tablet besi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penyuluhan menggunakan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan siswi tentang tablet besi di MA Pondok Pesantren Modern AR-Rahmat Majalengka.

Penelitian pre-eksperimen dengan desain *one group pre-test post-test* pada 50 siswi yang dipilih dengan *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan daya tarik media leaflet, kemudian dianalisis secara univariat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan baik meningkat dari 0% pada pre-test menjadi 100% pada post-test. Rata-rata skor pengetahuan sebelum edukasi sebesar $63,26 \pm 6,68$ dan meningkat menjadi $99,04 \pm 2,22$ setelah edukasi, dengan rata-rata peningkatan skor sebesar $35,77 \pm 7,20$ dan peningkatan tertinggi sebesar 47,37. Seluruh responden (100%) mengalami peningkatan skor pengetahuan. Penilaian terhadap media leaflet menunjukkan bahwa 47,1% siswi menyatakan media menarik dan 39,2% menyatakan sangat menarik.

Penyuluhan menggunakan media leaflet efektif meningkatkan pengetahuan siswi tentang tablet besi di MA Pondok Pesantren Modern AR-Rahmat Majalengka.

Kata Kunci : *Pengetahuan, Tablet Besi, Penyuluhan, Remaja Putri*

¹Mahasiswa Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

²Dosen Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya