



**PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS WEBSITE TERHADAP
PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP
NEGERI 4 PONTIANAK**

SKRIPSI

OLEH:

YENNY

NIM. 821221110

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK**

2026



**PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS WEBSITE TERHADAP
PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP
NEGERI 4 PONTIANAK**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan untuk
Menyelesaikan Pendidikan S1 Keperawatan**

**OLEH:
YENNY
NIM. 821221110**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK**

2026

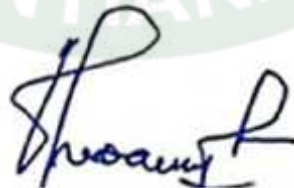
Diterima dan disetujui untuk dipertahankan Skripsi dengan judul: Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Website Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 4 Pontianak

Pembimbing I



Ns. Masmuri, M.Kep
NIDN. 1112028403

Pembimbing II



Ns. Nurul Hidayah, M.Kep
NIDN. 1119079101

SKRIPSI

PERNGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS WEBSITE TERHADAP
PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP
NERGERI 4 PONTIANAK

Disusun Oleh:

YENNY

Nim: 821221110

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji pada tanggal, 10 Februari 2026

Penguji I



Ns. Nurpratiwi, M.Kep

NIDN.1110118703

Penguji II



Fitriah, S.K.M., M.K.M

NIDN. 112212403

Penguji III



Ns. Masmuri, M.Kep

NIDN. 1112028403

Penguji IV



Ns. Nurul Hidayah, M.Kep

NIDN. 1119079101

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Mengetahui

Pontianak, 10 Februari 2026

Ketua STIKes YARSI Pontianak



Ns. Uti Rusdiana Hidayah, M.Kep
NIDN. 1123058801

Ketua Program Studi Pendidikan

Profesi Ners

Ns. Nurpratiwi, M.Kep
NIDN.1110118703

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya telah memberikan kesehatan dan keselamatan, hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Website Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 4 Pontianak ". Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan sarjana keperawatan di STIKes Yarsi Pontianak.

Dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta kritik dan saran yang membangun selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga Tuhan Yang Maha Kuasa senantiasa melimpahkan rahmat dan bimbingan-Nya kepada kita semua dalam setiap usaha kebaikan. Ucapan terima kasih ini secara khusus peneliti sampaikan kepada:

1. Bapak Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep selaku Ketua Stikes Yarsi Pontianak.
2. Ibu Ns. Nurpratiwi, M. Kep selaku Ketua Prodi Ners Stikes Yarsi Pontianak.
3. Ibu Ns. Masmuri, M. Kep selaku pembimbing I yang telah membimbing penulisan dengan penuh kesabaran, ketelitian, bijaksana dan cermat dalam memberikan saran dan motivasi dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
4. Ibu Ns. Nurul Hidayah, M. Kep selaku pembimbing II yang telah membimbing penulisan dengan penuh kesabaran, ketelitian, dan cermat dalam memberikan saran dan motivasi dalam penyelesaian proposal ini.
5. Ibu Ns. Nurpratiwi, M. Kep selaku penguji I yang telah dengan penuh ketelitian memberikan arahan, masukan, serta koreksi yang sangat berharga dalam proses penyusunan proposal ini.
6. Ibu Fitriah, S.K.M., M.K.M. selaku penguji II yang telah dengan penuh ketelitian memberikan arahan, masukan, serta koreksi yang sangat berharga dalam proses penyusunan proposal ini.
7. Dosen dan staff STIKes Yarsi Pontianak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang banyak memberi inspirasi sehingga terselesaikan ini.

8. Bapak Muhammad Safi'I Aris Saputro, S.Pd., Gr. Selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 4 Pontianak yang sudah memberikan izin untuk melakukan penelitian
9. Orang tua saya Bapak dan Alm Ibu saya serta keluarga tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan moril dan materiil yang tak terhingga.
10. Teman- teman seperjuangan Prodi Ners Angkatan 2022 yang telah memberi semangat dan dukungan sehingga membuat penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, atas bantuan dan dukungannya dalam penyelesaian proposal ini.

Skripsi ini terbuka untuk siapa saja yang ingin memberikan kritik dan saran yang membangun skripsi. Semoga skripsi ini dapat menjadi sumbangan pengetahuan yang berarti bagi perkembangan ilmu keperawatan.

Pontianak, Januari 2026

Yenny

ABSTRAK
**PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS WEBSITE TERHADAP
PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP
NEGERI 4 PONTIANAK**

Yenny¹, Masmuri², Nurul Hidayah³

¹Mahasiswa STIKes YARSI Pontianak

²⁻³Dosen STIKes YARSI Pontianak

Email: yennyjen2@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Anemia merupakan masalah gizi yang masih banyak dialami oleh remaja putri, terutama akibat peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan kehilangan darah saat menstruasi. Perilaku pencegahan anemia yang belum optimal menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya kejadian anemia pada remaja putri. Edukasi gizi berbasis website merupakan media yang dapat digunakan untuk mendorong perubahan perilaku pencegahan anemia karena mudah diakses dan fleksibel.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi berbasis website terhadap perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 4 Pontianak.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *one group pretest–posttest*. Sampel penelitian berjumlah 173 remaja putri yang dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling*. Pengukuran perilaku pencegahan anemia dilakukan menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dan analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku pencegahan anemia remaja putri mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi gizi berbasis website. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai p value = 0,000 ($p < 0,05$), yang menandakan terdapat pengaruh signifikan edukasi gizi berbasis website terhadap perilaku pencegahan anemia pada remaja putri.

Kesimpulan : penelitian ini adalah edukasi gizi berbasis website berpengaruh signifikan dalam meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 4 Pontianak.

Kata Kunci : Edukasi gizi, Perilaku pencegahan anemia, Remaja putri, Website

The Effect of Website-Based Nutrition Education on Anemia Prevention Behavior among Adolescent Girls at SMP Negeri 4 Pontianak

Yenny¹, Masmuri², Nurul Hidayah³

¹Student of STIKes YARSI Pontianak

²⁻³Lecturers of STIKes YARSI Pontianak

Email: yennyjen2@gmail.com

Abstract

Background: Anemia remains a nutritional problem commonly experienced by adolescent girls, primarily due to increased iron requirements during growth and blood loss during menstruation. Suboptimal anemia prevention behavior is one of the contributing factors to the high prevalence of anemia among adolescent girls. Website-based nutrition education is a medium that can be used to encourage changes in anemia prevention behavior because it is easily accessible and flexible. ***Objective:*** This study aimed to determine the effect of website-based nutrition education on anemia prevention behavior among adolescent girls at SMP Negeri 4 Pontianak.

Methods: This study employed a quasi-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. A total of 173 adolescent girls were selected using stratified random sampling. Anemia prevention behavior was measured using a questionnaire. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analyses. Normality testing was performed using the Kolmogorov–Smirnov test, and bivariate analysis was conducted using the Wilcoxon test.

Results: The results showed that anemia prevention behavior among adolescent girls increased after receiving website-based nutrition education. The Wilcoxon test results showed a *p*-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant effect of website-based nutrition education on anemia prevention behavior among adolescent girls.

Conclusion: Website-based nutrition education has a significant effect on improving anemia prevention behavior among adolescent girls at SMP Negeri 4 Pontianak.

Keywords: Nutrition education, Anemia prevention behavior, Adolescent girls, Website

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Lembar Persetujuan Orisinalitas	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Kata Pengantar	v
Abstrak	vii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xi
Daftar Skema	xii
Daftar Gambar	xiii
Lampiran	xiv
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Konsep Remaja	11
B. Konsep Anemia	18
C. Konsep Edukasi/ Pendidikan Kesehatan	32
D. Konsep Media Website	40
E. Konsep Perilaku	47
F. Kerangka Teori	55
BAB III : KERANGKA KONSEP	56
A. Kerangka Konsep	56
B. Variabel Penelitian	56
C. Definisi Operasional	56
D. Hipotesis Penelitian	58

BAB IV : METODE PENELITIAN	59
A. Jenis Penelitian	59
B. Waktu Dan Tempat Penelitian	60
C. Populasi Dan Sampel Penelitian	60
D. Variabel Data	64
E. Jenis Data	64
F. Teknik Pengumpulan Data	65
G. Instrumen Pengukuran	68
H. Uji Validitas Dan Reliabilitas	70
I. Pengolahan Data	71
J. Analisis Data	73
K. Etika Penelitian	75
BAB V : HASIL DAN PEMBAHASAN	78
A. Hasil Penelitian	78
B. Pembahasan Penelitian	82
C. Implikasi Penelitian	93
D. Keterbatasan Penelitian	94
BAB VI : KESIMPULAN DAN SARAN	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	98

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 2.1 Kadar Hemoglobin Diagnosis Anemia	19
Tabel 2.2 Unsur Teks	42
Tabel 2.3 Unsur Gambar	43
Tabel 2.4 Unsur Video	44
Tabel 2.5 Sistem Navigasi	45
Tabel 3.1 Definisi Operasional	57
Tabel 4.1 Populasi Siswi Kelas VII dan VIII	60
Tabel 4.2 Sampel Strata Penelitian	62
Tabel 4.3 Indikator Perilaku Pencegahan Anemia	68
Tabel 4.4 Pemberian Kode Data Riwayat Menstruasi	72
Tabel 4.5 Pemberian Kode Skoring Perilaku Pencegahan	72
Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden Siklus Menstruasi	78
Tabel 5.2 Distribusi Karakteristik Responden Lama Menstruasi	79
Tabel 5.3 Distribusi Perilaku Responden Dalam Pencegahan Anemia	79
Tabel 5.4 Analisa Uji Normalitas	80
Tabel 5.5 Analisa Uji <i>Wilcoxon</i>	80
Tabel 5.6 Interpretasi Nilai Skor Z	81

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Patofisiologi Anemia	26
Skema 2.2 Kerangka Teori	55
Skema 3.1 Kerangka Konsep	56
Skema 4.1 Rancangan Penelitian	59



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teori Model *Precede Proceed* 53



LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Data Dinas Kesehatan Kota Pontianak
- Lampiran 4 Data Laporan Kegiatan Pemeriksaan HB Pada Remantri
- Lampiran 5 Surat Keterangan Lolos Etik
- Lampiran 6 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 8 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 9 Lembar Persetujuan Orang Tua/ Wali
- Lampiran 10 Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 11 Barcode Akses Website
- Lampiran 12 Perizinan Penggunaan Kuesioner
- Lampiran 13 Lembar Kuesioner Perilaku Pencegahan Anemia
- Lampiran 14 Data Studi Pendahuluan
- Lampiran 15 Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 1
- Lampiran 16 Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 2
- Lampiran 17 Data SPSS
- Lampiran 18 Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 19 Uji Kelayakan Media Website
- Lampiran 20 Bukti Kuesioner Publikasi Terindeks
- Lampiran 21 Dokumentasi
- Lampiran 22 Manuskrip