

SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS *GOOGLE SITES* TERHADAP
PERILAKU KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA
REMAJA PUTRI DI SMP KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**



DI SUSUN OLEH:

AHMAD AKBAR

NIM: P01730222002

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU PRODI
SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN 2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI
PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS *GOOGLE SITES* TERHADAP
PERILAKU KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA
REMAJA PUTRI DI SMP KOTA BENGKULU
TAHUN 2026

Yang dipersiapkan dan dipresentasikan Oleh:

AHMAD AKBAR
NIM : P01730222002

Skripsi Ini Telah Diperiksa dan Disetujui Untuk Dipresentasikan Dihadapan
Tim Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal : 08 Juni 2026

Mengetahui
Pembimbing Skripsi

Pembimbing I



Anang Wahyudi, S.Gz, MPH
NIP.198210192006041002

Pembimbing II



Ayu Pravita Sari, SST., M.Gizi
NIP. 199012182019022001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI
PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS *GOOGLE SITES* TERHADAP
PERILAKU KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA
REMAJA PUTRI DI SMP KOTA BENGKULU
TAHUN 2026

Yang telah dipersiapkan dan di presentasikan oleh:

Disusun Oleh:
AHMAD AKBAR
NIM : P01730222002

Skripsi Ini Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji
Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal: 08 Juni 2026

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat untuk
Diterima Tim Penguji

Ketua Dewan Penguji



Dr. Meriwati, SKM., MKM
NIP. 197205281997022003
Penguji III

Penguji II



Jumiyati, SKM., M.GIZI
NIP. 197502122001122001
Penguji IV



Ayu Pravita Sari, SST., M.Gizi
NIP. 199012182019022001



Anang Wahyudi, S.Gz, MPH
NIP.198210192006041002

Mengesahkan,
Ka. Prodi S.Tr Gizi dan Dietetika



Tetes Wahyu W., SST., M.Biomed
NIP. 198106142006041004

BIODATA PENELITIAN



Nama : Ahmad Akbar

Tempat dan Tanggal Lahir : Pulau Kemiling, 13 Maret 2004

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Laki-laki

Alamat : Desa Pulau Kemiling, Kecamatan Kisam Ilir,
Kabupaten Ogan Komering Ulu Selatan, Sumatra
Selatan.

Email : akbarbae393@gmail.com

No HP : 085123073848

Riwayat Pendidikan : 1. SD Negeri 1 Pulau Kemiling
2. SMP Negeri 1 Kisam Ilir
3. SMK Kesehatan Bina Marta Martapura

Ayah : Adi Sandika

Ibu : -

Anak Ke : 1 dari 2 Bersaudara

Motto : *Pressure Is Privilege*

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam, yang dengan rahmat, kasih sayang, dan ridha-Nya, Sang Maha Pengasih dan Penyayang di setiap langkah yang sudah terjalani. Tiada daya dan upaya kecuali atas pertolongan-Nya. Persembahan ini kuhadirkan sebagai wujud syukur yang tak terhingga atas segala nikmat, kekuatan, dan kesempatan yang telah diberikan. Persembahan ini hanyalah secuil dari rasa terima kasih yang tak kan pernah sebanding dengan nikmat dan rahmat, yang tiada batas.

Dengan segenap rasa syukur dan cinta, persembahan ini kuperuntukkan untuk :

1. Dengan rasa syukur dan cinta yang mendalam, saya memberikan karya sederhana ini kepada kedua orang tua saya yang paling dicintai, Ayahanda Adi Sandika dan Ibunda -. saya ingin mengucapkan terima kasih atas setiap usaha yang telah kalian lakukan, setiap doa yang telah kalian panjatkan di tengah malam, dan setiap pengorbanan yang telah kalian lakukan secara diam-diam. Aku berdiri di sini karena Anda. Saya berterima kasih kepada bapak saya, yang telah mengajarkan saya arti tanggung jawab dan kerja keras. Dia telah menjadi teladan yang tak pernah lelah membimbing saya. Untuk mamak, yang selalu menjadi tempat pulang ketika Anda lelah karena setiap kegagalan Saya ingin mengucapkan terima kasih atas cinta yang tak terbatas ini. Untuk terus membuat kalian bangga, skripsi ini bukanlah akhir. Semoga Allah SWT selalu memberi Anda kesehatan, kebahagiaan, dan keberkahan.

2. Teruntuk adikku Annisa Muslimah. Dia selalu menjadi penyemangat saya di rumah dan tak pernah lelah mendoakan saya sukses di sekolah. Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada Anda karena telah menjadi adik yang membantu saya, yang selalu ada saat saya membutuhkan sesuatu untuk melepaskan stres dari mengerjakan skripsi saya. Tak lupa, saya ingin mengucapkan terima kasih kepada Saudara – Saudara saya atas semua tawa, bantuan, dan semangat yang telah kalian berikan selama sejak kecil hingga sekarang ini.
3. Untuk Kakek dan Nenek Tersayang karya/pencapaian ini kupersembahkan sepenuhnya untukmu. Terima kasih atas kasih sayang tanpa batas yang selalu kurasakan sejak kecil, untuk doa-doa tulus di setiap sujud yang diam-diam selalu menjaga langkahku, dan untuk pelukan hangat yang selalu menjadi tempat pulang paling nyaman. Semoga ini bisa menjadi sedikit alasan untuk Kakek dan Nenek tersenyum bangga hari ini. Terima kasih telah menjadi bagian terindah dalam hidupku.
4. Teruntuk sahabatku Daffa, Rangga, Praja, Putra dan Gomi terima kasih telah menjadikan teman saat di gizi yang telah banyak membantu dan saling menguatkan lelah letihnya di jurusan ini. Tetapi kita yakin bawah badai itu akan berlalu.
5. Teruntuk teman-temanku, Elvena, Eka, Aisa, Andin, Keisya, Amor, Desty, Rangga, Daffa dan Dera yang selama ini sudah banyak membantu dari tugas kuliah hingga tugas akhir. Terima kasih sudah menjadi orang yang bisa aku bagikan cerita, bantu saat aku kesulitan, dan selalu dukung aku dalam situasi

apa pun. Kehadiran kalian sangat penting dalam perjalanan ini.

6. Untuk organisasi yang sangat berperan dalam membantu pertumbuhan diri saya, yaitu Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) dan FORKOMPI (Forum Komunikasi Mahasiswa Indonesia). Terima kasih telah menjadi tempat yang mengizinkanku belajar, berkembang, dan memahami arti dari tanggung jawab, kerja sama, serta perjuangan. Melalui organisasi saya mendapatkan banyak pengalaman yang bernilai, semangat, dan motivasi yang membuat saya lebih tegas dan siap menghadapi berbagai proses, baik di proses skripsi ini maupun dalam kehidupan sehari-hari.
7. Teruntuk keluarga asuhku terima kasih sudah menjadi seperti rumah kedua selama masa kuliah saya. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, semangat, dan rasa kekeluargaan yang kalian berikan. Kehadiran kalian membuat kuliah ini terasa lebih nyaman, hangat, dan bermakna.
8. Teruntuk P01750122052 terima kasih untukmu yang selalu hadir, memberikan semangat, dukungan, dan menemani setiap proses hingga skripsi ini selesai. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita dan alasan untuk terus bertahan di tengah lelahnya perjuangan. Kehadiranmu menjadi bagian indah dalam perjalanan ini.
9. Terima kasih untuk diriku akbar yang telah bertahan, berjuang, dan terus melangkah meskipun tidak selalu mudah. Terima kasih karena tidak menyerah hingga akhirnya mampu menyelesaikan perjalanan ini. Semoga pencapaian ini menjadi pengingat bahwa setiap usaha dan air mata tidak pernah sia-sia.

Program Studi S.Tr Gizi dan Dietetika, Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes
Bengkulu
Skripsi Juni 2026

Ahmad Akbar1*, Anang Wahyudi2, Ayu Pravita Sari 3

**PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS *GOOGLE SITES* TERHADAP
PERILAKU KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA
PUTRI DI SMP KOTA BENGKULU TAHUN 2026**

xiii + 92 halaman, 10 tabel, 2 gambar, 14 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah normal, sehingga tubuh mudah lelah dan sulit berkonsentrasi. Remaja putri berisiko mengalami anemia karena kehilangan darah saat menstruasi, meningkatnya kebutuhan zat besi selama pertumbuhan, serta rendahnya konsumsi makanan sumber zat besi dan Tablet Tambah Darah. Rendahnya pemahaman dan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah menyebabkan remaja belum mengonsumsinya secara teratur. Oleh karena itu, diperlukan edukasi gizi yang efektif. Media berbasis *Google Sites* dapat menjadi sarana edukasi yang menarik, interaktif, dan mudah diakses untuk meningkatkan perilaku pencegahan anemia.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan rancangan *pretest* dan *posttest* dengan kelompok kontrol. Kelompok intervensi berasal dari SMPN 20 dan kelompok kontrol berasal dari SMPN 05. Kelompok intervensi mendapatkan edukasi berbasis *Google Sites*, sedangkan kelompok kontrol mendapatkan *leaflet*. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan, sikap, dan praktik konsumsi Tablet Tambah Darah.

Hasil: Terdapat peningkatan bermakna pada pengetahuan dan sikap kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol setelah diberikan edukasi dengan nilai signifikansi ($p < 0,05$). Namun, praktik konsumsi Tablet Tambah Darah hanya mengalami sedikit peningkatan dengan nilai signifikansi ($p > 0,05$).

Kesimpulan: Edukasi gizi berbasis *Google Sites* berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap, tetapi tidak berpengaruh terhadap praktik konsumsi Tablet Tambah Darah pada remaja putri.

Kata Kunci: Tablet Tambah Darah, edukasi gizi, media, *Google Sites*.

*Bachelor of Applied Nutrition and Dietetics, major of nutritionist at
department of health Bengkulu
Thesis, June, 2026*

Ahmad Akbar1, Anang Wahyudi2, Ayu Pravita Sari 3*

**THE EFFECT OF GOOGLE SITES-BASED NUTRITION EDUCATION
ON THE CONSUMPTION BEHAVIOR OF IRON SUPPLEMENTS
AMONG FEMALE ADOLESCENTS IN JUNIOR HIGH SCHOOLS IN
BENGKULU CITY IN 2026**

xiii + 92 pages, 10 tables, 2 figures, 14 appendices

ABSTRAK

Background: Anemia is a condition in which hemoglobin levels in the blood are below normal, causing the body to tire easily and making it difficult to concentrate. Adolescent girls are at risk of anemia due to blood loss during menstruation, increased iron requirements during growth, and low consumption of iron-rich foods and iron supplements. A lack of understanding and inconsistent consumption of iron supplements result in adolescents not taking them regularly. Therefore, effective nutrition education is needed. Google Sites-based media can serve as an engaging, interactive, and easily accessible educational tool to improve behaviors aimed at preventing anemia.

Method: This study employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest design and a control group. The intervention group consisted of students from SMPN 20, and the control group consisted of students from SMPN 05. The intervention group received education via Google Sites, while the control group received a leaflet. The research instruments consisted of questionnaires assessing knowledge, attitudes, and practices regarding the consumption of iron-fortified tablets.

Results: There was a significant improvement in knowledge and attitudes among the intervention group compared to the control group following the educational intervention ($p < 0.05$). However, the practice of taking iron supplements showed only a slight improvement ($p > 0.05$).

Conclusion: Nutrition education using Google Sites influenced knowledge and attitudes but did not influence the practice of consuming Iron-Folic Acid Tablets among adolescent girls.

Keywords: Iron supplements, nutrition education, media, Google Sites.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi, yang berjudul **“Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis *Google Sites* Terhadap Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Pada Remaja Putri Di SMP Kota Bengkulu Tahun 2026”** Dalam pembantuan skripsi ini telah mendapat masukan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penyusun mengucapkan terima kasih kepada Bapak/Ibu :

1. Linda Sitompul, SST., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang memberikan kesempatan pada penulis untuk mengikuti pendidikan di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Anang Wahyudi, S.Gz., MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu sekaligus Pembimbing I dalam penyusunan skripsi ini yang telah membimbing selama mengikuti pendidikan, yang sudah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan masukan sehingga Skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik.
3. Tetes Wahyu W., SST., M.Biomed selaku Ketua Prodi STr Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang sudah membimbing selama mengikuti pendidikan di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
4. Ayu Pravita Sari, SST., M.Gizi sebagai pembimbing II dalam penyusunan skripsi ini yang telah menjadi sosok ibunda terbaik yang senantiasa membimbing dan memberikan banyak arahan serta masukkan dan motivasi dalam menyusun skripsi ini hingga selesai.

5. Dr. Meriwati, SKM., MKM sebagai Ketua Dewan Penguji dalam penyusunan skripsi ini yang senantiasa memberikan arahan demi kebaikan penyusunan skripsi ini.
6. Jumiwati, SKM., M.Gizi sebagai Penguji II dalam penyusunan skripsi ini yang senantiasa memberikan arahan demi kebaikan penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen dan Staf Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang telah memberikan banyak ilmu, motivasi dan contoh yang luar biasa selama menjalani pendidikan di Jurusan Gizi hingga terselesaikannya penyusunan Skripsi ini.
8. Kepada kedua orang tua dan saudara-saudaraku yang selalu memberi doa, dukungan, motivasi, perhatian, serta bantuan fisik maupun non fisik dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Terakhir kepada teman terdekat, teman kelas, serta teman angkatan 22 yang sudah sama-sama berjuang, yang sudah sama-sama berjalan bergandengan tangan tanpa saling melepas, dan yang telah memberikan saya dorongan untuk sampai di titik hampir akhir ini, terima kasih banyak

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini belum sempurna dan banyak kekurangan, baik dari segi data maupun dalam penyajian. Oleh karena itu penulis menyampaikan permohonan maaf atas segala kekurangan.

Bengkulu, Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
BIODATA PENELITI.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat	6
1.5 Keaslian Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Anemia.....	8
2.2 Tablet Tambah Darah	15
2.3 Remaja	19
2.4 Perilaku	21
2.5 Edukasi.....	23
2.6 Media <i>Google Sites</i>	24
2.7 Kerangka teori.....	26
2.9 Hipotesis Penelitian	26
 BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis dan Desain penelitian	27
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	28
3.3 Variabel penelitian.....	28
3.4 Kerangka konsep	28
3.5 Populasi dan Sampel.....	29
3.6 Definisi Operasional	30
3.6 Teknik Pengambilan Sampel	31
3.7 Instrumen Penelitian	32
3.8 Prosedur Penelitian	33
3.9 Pengolahan data.....	34
3.10 Analisis Data	35

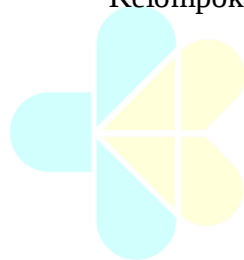
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Jalan Penelitian.....	36
4.2 Hasil.....	38
4.3 Pembahasan.....	42
BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan	57
5.2 Saran	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN	64



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 2.1 Batas Nilai Kadar Hemoglobin.....	8
Tabel 2.2 Klasifikasi Anemia Berdasarkan Kadar Hemoglobin	9
Tabel 3.1 Definisi Operasional	30
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Kelompok Intervensi dan Kontrol berdasarkan Usia.....	38
Tabel 4.2 Gambaran Perilaku (Pengetahuan, Sikap dan Praktik) Sebelum diberikan Edukasi Gizi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol	39
Tabel 4.3 Gambaran Perilaku (Pengetahuan, Sikap dan Praktik) Sesudah diberikan Edukasi Gizi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol	39
Tabel 4.4 Perbedaan Perilaku (Pengetahuan, Sikap ,Dan Praktik) Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol	40
Tabel 4.5 Perbedaan perilaku (pengetahuan, sikap ,dan praktik) Sebelum dan Sesudah antara kelompok intervensi dan kontrol.	41
Tabel 4.6 Perbedaan Perubahan Perilaku (Pengetahuan ,Sikap dan Praktik) pada Kelompok Intervensi dan Kontrol	42



Kemenkes

Poltekkes Bengkulu

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	26
Gambar 2 Kerangka konsep	28



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Responden.....	64
Lampiran 2 Kuesioner Pengetahuan Dan Sikap Konsumsi TDD.....	65
Lampiran 3 Kuesioner Tindakan Konsumsi Tablet Tambah Darah	67
Lampiran 4 Uji Validasi Media	68
Lampiran 5 Uji Validasi Materi.....	71
Lampiran 6 Satuan Acara Penyuluhan (SAP)	74
Lampiran 7 Surat keterangan layak etik	78
Lampiran 8 Surat badan kesatuan bangsa dan politik.....	79
Lampiran 9 Surat keterangan penelitian SMP 20	80
Lampiran 10 Surat keterangan penelitian SMP 5	81
Lampiran 11 Master data	82
Lampiran 12 Dokumentasi	87
Lampiran 13 Uji SPSS	88
Lampiran 14 Dokumentasi media edukasi	92

