

Latar Belakang: Tingginya angka anemia pada remaja putri terus menjadi tantangan kesehatan di Indonesia, khususnya di Kabupaten Kulon Progo, dengan prevalensi anemia sebesar 53,36% pada tahun 2023. Salah satu penyebab tingginya prevalensi anemia adalah kurangnya pengetahuan dan pemahaman mengenai anemia serta kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Oleh karena itu, edukasi gizi menjadi salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Buku saku dapat menjadi salah satu media edukasi gizi yang praktis, menarik, serta mudah diakses oleh remaja sebagai upaya pencegahan anemia. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pemberian edukasi menggunakan buku saku aksi bergizi terhadap peningkatan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMP di Kabupaten Kulon Progo, D.I Yogyakarta. **Metode:** studi kuantitatif dengan desain pre-eksperimental menggunakan pendekatan *one group pre-posttest*. Lokasi penelitian berada di SMP Negeri 1 Wates, Kulon Progo, dengan total sampel sebanyak 85 siswi kelas VII yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Intervensi dilakukan melalui pemberian edukasi buku saku selama 4 minggu dan sesi diskusi edukatif selama 2 kali/bulan. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD dan dianalisis menggunakan uji *Paired T-test* dan *Wilcoxon signed rank test*. **Hasil:** Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 66,94 (SD=9,09) menjadi 91,17 (SD=7,34) setelah intervensi. Kepatuhan konsumsi TTD juga mengalami peningkatan, dari rerata konsumsi 2,41 tablet/bulan menjadi 3,56 tablet/bulan. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan terkait anemia ($p=0,000$) dan kepatuhan konsumsi TTD ($p=0,000$) yang meningkat setelah adanya intervensi. Edukasi menggunakan buku saku aksi bergizi dinilai sebagai media yang menarik yang mampu mendukung dalam perubahan peningkatan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Intervensi ini berpotensi dapat diterapkan sebagai strategi promotif dalam program pencegahan anemia remaja, khususnya dalam mendukung program Aksi Bergizi.

Kata Kunci: Anemia, Remaja Putri, Buku Saku, Pengetahuan, Kepatuhan TTD

Abstract

Background: The high prevalence of anemia among adolescent girls remains a significant public health challenge in Indonesia, particularly in Kulon Progo District, which reported an anemia prevalence of 53.36% in 2023. One of the contributing factors to this high prevalence is the lack of knowledge and awareness about anemia and poor adherence to iron supplementation. Therefore, health education is essential to improve adolescents' knowledge and adherence to iron supplementation. Pocket books can be a practical, engaging, and easily accessible nutrition education medium for adolescents as an effort to prevent anemia. **Objective:** This study aimed to examine the effect of providing a “Aksi Bergizi” pocket book on improving knowledge and adherence to iron supplementation among adolescent girls in junior high schools in Kulon Progo Regency, Yogyakarta Special Region. **Methods:** This study is a quantitative research employing a pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. It was conducted at SMP Negeri 1 Wates, Kulon Progo, involving a total sample of 85 seventh-grade female students selected through total sampling. The intervention was carried out through the distribution of pocket books for 4 weeks and educational discussion sessions twice a month. Data on knowledge and adherence to iron supplement consumption were collected using structured questionnaires and analyzed using paired t-tests and the Wilcoxon signed-rank test. **Results:** The mean knowledge score increased from 66.94 (SD=9.09) to 91.17 (SD=7.34) after the intervention. Iron supplement consumption compliance also improved, from an average consumption of 2.41 tablets/month to 3.56 tablets/month. Statistical tests using paired t-test showed a difference in knowledge related to anemia ($p=0.000$) and iron supplement compliance ($p=0.000$), which increased after the intervention. Education using the "Aksi Bergizi" pocketbook was considered an attractive medium capable of supporting improvement in knowledge and iron supplement compliance among adolescent girls. This intervention has the potential to be implemented as a promotive strategy in adolescent anemia prevention programs, particularly in support of the "Aksi Bergizi" program.

Keywords: Anemia, Adolescent Girls, Pocketbook, Knowledge, Iron Supplement Compliance