

# UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG JUS BUAH BIT PADA REMAJA PUTRI DENGAN ANEMIA MELALUI MEDIA BOOKLET

Retno Dewi Sukmaningtyas

[dewisukmaningtyasretno@gmail.com](mailto:dewisukmaningtyasretno@gmail.com)

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

## INTISARI

**Latar Belakang:** Anemia pada remaja putri menjadi masalah kesehatan yang serius di Indonesia, dengan prevalensi mencapai 32%. Kondisi ini sebagian besar disebabkan oleh rendahnya asupan zat besi dan kurangnya pengetahuan. Untuk mengatasi hal tersebut, buah bit yang kaya vitamin C dan folat dapat digunakan sebagai solusi alami untuk meningkatkan hemoglobin. **Tujuan:** Meningkatkan informasi pada remaja putri tentang upaya peningkatan pengetahuan tentang jus buah bit pada remaja putri dengan anemia melalui media *booklet*. **Metode:** Media booklet ini dirancang menggunakan platform desain grafis canva, yang memuat informasi mengenai edukasi tentang anemia dan kandungan gizi dalam jus buah bit. **Hasil:** Hasil uji coba menunjukkan bahwa booklet edukasi anemia pada remaja putri berhasil meningkatkan pemahaman tentang manfaat jus buah bit. Responden menilai konten booklet sudah lengkap dan mudah dipahami. Untuk meningkatkan daya tarik, beberapa saran diberikan, seperti penambahan ilustrasi visual, pemanfaatan ruang kosong, dan penyertaan tata cara pembuatan jus buah bit. **Kesimpulan:** Booklet terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan manfaat jus buah bit. Media ini layak digunakan dalam promosi kesehatan di berbagai institusi dan komunitas remaja karena desainnya yang menarik dan isinya yang informatif.

**Kata Kunci:** *Anemia, Booklet, Jus Buah Bit, Remaja Putri*