

## **PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA SAMPUL BUKU TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG ANEMIA REMAJA PUTRI**

**(studi pada siswi kelas VII di SMP Teuku Umar Semarang)**

Dini Indah fauziah\*), M. Zen Rahfiludin\*\*), Apoina Kartini \*)

\*Mahasiswa Peminatan Gizi FKM UNDIP

\*\*)Dosen Bagian Gizi FKM UNDIP

e-mail: [diniindah8@gmail.com](mailto:diniindah8@gmail.com)

### **ABSTRACT**

Adolescent girls are a group that is prone to nutritional problems, one of which is iron deficiency, causing anemia. The influencing factor is the lack of knowledge and attitudes of young women about anemia. Efforts to improve knowledge and attitudes in young women in anemia health problems can be through nutrition education. This study aims to analyze the effect of nutrition education by media education on the cover of books on knowledge and attitudes about anemia in adolescent girls at Teuku Umar Middle School Semarang. The cover of the book contains the understanding of anemia, signs of anemia, anemia prevention and also supported by nutrition education materials about anemia. Data collection used was the Pre-Post Test One Group Design design through filling out questionnaires regarding knowledge and attitudes about adolescent anemia, with a total sample of 36 respondents being counted using purposive sampling. Data analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test because the data is not normal. The results showed that the influence of education using a book cover on young women in Teuku Umar Middle School Semarang with a significance value of p-value = 0.001, to the level of knowledge that before intervention 16.7% had increased to 94.6% and increased attitudes in giving good intervention category of 66.7% to 91.7% indicated by a significance value of p-value = 0.001. The conclusion of this study is the influence of nutrition education with book cover media on the level of knowledge and attitudes about Adolescent Girls' Anemia. Schools and students are expected to be able to increase their knowledge and attitudes in the prevention of adolescent anemia.

**Key words:** anemia, book cover, knowledge, attitude

---

### **PENDAHULUAN**

Masa remaja adalah masa dimana perubahan transisi dari anak-anak menuju masa dewasanya yang juga disebut pubertas seseorang.<sup>1</sup> Masa transisi menjadi remaja ini khususnya pada remaja putri merupakan kelompok yang rawan terhadap masalah gizi salah

satunya adalah defisiensi zat besi sehingga mengalami anemia.<sup>2</sup>

Anemia adalah penyakit yang disebabkan rendahnya massa sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin (Hb) yang mengakibatkan turunnya kemampuan darah untuk mengangkut oksigen, adanya faktor tersebut maka asupan makanan

yang bergizi akan berdampak terhadap kondisi tubuh kurang sehat.<sup>3</sup>

Disamping itu bagi remaja akan mengakibatkan penurunan kemampuan serta konsentrasi dalam belajarnya di sekolah, dapat mengganggu pertumbuhan fisik serta perkembangan otak, dan meningkatkan risiko untuk para remaja yang anemia mengalami infeksi yang disebabkan daya tahan tubuh menurun.<sup>4</sup>

Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia tahun 2017 diketahui mencapai 22,7%.<sup>5</sup> Tingkat anemia di Jawa Tengah tahun 2017 menunjukkan angka sebesar 50% dan ditemukan anemia pada remaja perempuan.<sup>6</sup> Pada hasil penelitian sebelumnya oleh Listiana pada 2016 menunjukkan bahwa prevalensi anemia defisiensi zat besi pada remaja putri di tahun pertama menstruasi sebesar 27,50%, dengan rata-rata usia pertama kali mengalami menstruasi pada usia 12 tahun atau menginjak Sekolah Menengah Pertama (SMP).<sup>7</sup>

Berdasarkan Surat Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 736a/Menkes/XI/1989 batas kadar hemoglobin normal untuk masing-masing kelompok umur dan jenis kelamin diantaranya adalah 11 gram/dl untuk kelompok anak usia 6 bulan sampai dengan 6 tahun, 12 gram/dl untuk anak usia 6 sampai dengan 14 tahun, 13 gram/dl untuk kelompok pria dewasa, 11 gram/dl untuk kelompok ibu hamil, dan 12 gram/dl untuk kelompok ibu menyusui lebih dari 3 bulan.<sup>8</sup>

Kejadian anemia banyak terjadi karena kurangnya pengetahuan sejak dini mengenai anemia, salah satu cara untuk mengurangi kejadian anemia pada remaja putri melalui penerapan

pengetahuan anemia untuk remaja putri pada umur awal pubertas atau masa awal menstruasi pada wanita.<sup>9</sup> Lokasi pada penelitian ini yaitu SMP Teuku Umar Semarang. Pemilihan lokasi ini sudah dipertimbangkan sebelumnya, karena di SMP tersebut belum pernah diadakan penyuluhan mengenai anemia pada remaja putri.

Penerapan pengetahuan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan media sampul buku. Anak sekolah sering menggunakan sampul buku untuk mengcover buku-buku pelajaran agar lebih rapi, sedangkan sampul yang sering digunakan yaitu sampul coklat yang berisikan tentang pancasila, agar lebih menarik siswi untuk membaca sampul buku dalam penelitian ini dibuat semenarik mungkin. Penggunaan desain yang unik dan modern bertujuan untuk membuat siswi ingin mengetahui isi dan makna yang ada dalam desain sampul buku tersebut.<sup>10</sup>

Bedasarkan hasil studi pendahuluan masih banyak siswi yang belum mengetahui apa itu anemia, gejala anemia dan apa penyebab anemia pada remaja.

## METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan metode *Pre-Expeimental Design*, dengan kriteria inklusi siswi kelas 7 SMP Teuku Umar, menyetujui dan mau mengisi *informed consent*, berada di tempat saat penelitian dilakukan dan kriteria eksklusi yaitu tidak masuk sekolah atau izin sakit pada saat penelitian, tidak mengikuti salah satu dari *pre test* atau *post test*. Langkah awal dengan memberikan *pre test* untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pengetahuan remaja putri kelas VII di SMP Teuku Umar Semarang dan berikutnya melakukan *post test*.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Groups Pretest-Posttest Design*, yaitu desain penelitian yang terdapat *pre-test* sebelum diberi perlakuan dan *post-test* setelah diberi perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan.<sup>11</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas VII SMP Teuku Umar Semarang yang berjumlah 82 siswi.

### HASIL PENELITIAN

#### 1. Karakteristik Respon

Hasil perhitungan jumlah siswa berdasarkan yang mengetahui informasi dari Sumber Informasi lain :

Tabel 1 Distribusi frekuensi sampel berdasarkan mengetahui informasi dari Sumber Informasi lain:

Sumber Informasi Lain	N	f	%
Sebelum	36	11	30,65
Sesudah	36	36	100%

Berdasarkan penelitian tentang sumber informasi yang pernah didapatkan siswi tentang anemia remaja hanya 11 orang siswa yang pernah mendapatkan informasi mengenai anemia remaja, sehingga ini dikatakan sangat minimnya informasi yang diterima oleh siswi kelas VII SMP Teuku Umar Semarang.

#### 2. Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kategori Tingkat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	Awal / Pre		Akhir / Post	
	F	%	F	%
Kurang (<75%)	30	83,3%	2	5,4%
Baik (>75%)	6	16,7%	34	94,6%
Total	36	100%	36	100%

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukan bahwa adanya

perubahan tingkat pengetahuan sebelum atau *pre-test* sebesar 16,7% dan sesudah atau *post-test* meningkat menjadi 94,6% untuk kategori baik yaitu dengan nilai  $\geq 75\%$ .

#### 3. Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kategori Sikap Responden Tingkat

Sikap	Awal / Pre		Akhir / Post	
	F	%	f	%
Kurang (< Mean)	12	33,3%	3	8,3%
Baik (> Mean)	24	66,7%	33	91,7%
Total	36	100%	36	100%

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa jumlah sampel penelitian yang memiliki sikap baik meningkat yang sebelum atau *pre-test* dengan tingkat sikap 66,7% dan setelah edukasi dilakukan *post-test* menjadi 91,7%.

#### 4. Perubahan tingkat Pengetahuan siswa

Tabel 4 perbedaan tingkat pengetahuan sampel penelitian

Pengetahuan	Median±SD (Min-Max)	p-Value
Sebelum	12,00±2,611 (7-19)	0,000 <sup>a</sup>
Sesudah	18,00±1,261 (15-20)	

<sup>a</sup>. Wilcoxon Signed Rank Test  
Hasil analisis pada table 4 menunjukkan bahwa ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi  $p= 0,000$  ( $p<0,05$ ), sehingga adanya pengaruh media sampul buku pada siswi kelas VII SMP Teuku Umar Semarang.

#### 5. Perubahan tingkat Pengetahuan siswa

Tabel 5 perbedaan tingkat pengetahuan sampel penelitian

Pengetahuan	Median±SD (Min-Max)	p- Value
Sebelum	12,00±2,611 (7-19)	0,000 <sup>a</sup>
Sesudah	18,00±1,261 (15-20)	

<sup>a</sup>. *Wilcoxon Signed Rank Test*

Hasil analisis pada tabel 5 menunjukkan bahwa ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), sehingga dapat dikatakan adanya pengaruh sampul buku siswi kelas VII SMP Teuku Umar Semarang.

#### 6. Perbedaan Sikap Pada Siswa

Table 6 Perbedaan Sikap Siswa

Sikap	Median±SD (Min-Max)	p-Value
Sebelum	8,00±1,461 (4-10)	0,000 <sup>a</sup>
Sesudah	12,00± 0,639(10-13)	

<sup>a</sup>. *Wilcoxon Signed Rank Test*

Hasil analisis pada table 6 menunjukkan bahwa ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah intervensi  $p = 0,000$  sehingga  $p < 0,05$ , sehingga dapat dikatakan adanya pengaruh sampul buku siswi kelas VII SMP Teuku Umar Semarang.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Sampul Buku Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia Remaja Putri pada Siswi SMP Teuku Umar Semarang dapat disimpulkan, sebagai berikut:

1. Terdapat peningkatan tingkat pengetahuan sebelum dilakukan edukasi sampul buku dan sesudah edukasi sampul buku. Tingkat pengetahuan kategori baik siswa sebelum

intervensi sebesar 16,7% dan mengalami peningkatan yang cukup signifikan menjadi 94,6% setelah intervensi.

2. Terdapat peningkatan pengaruh edukasi sebelum dan sesudah pada perubahan sikap pencegahan anemia pada siswi SMP Teuku Umar Semarang. Siswi dengan sikap kategori baik sebelum intervensi 66,7%% meningkat menjadi 91,7% setelah intervensi.

3. Terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi p value sebesar = 0,000 sehingga dikatakan ada pengaruh edukasi sampul buku tentang anemia.

4. Terdapat perbedaan antara sikap sebelum dan sesudah intervensi dengan p value sebesar = 0,000 sehingga dikatakan ada pengaruh edukasi sampul buku tentang anemia.

### B. Saran

1. Bagi Siswi SMP Teuku Umar Semarang

- a. Siswi dapat mencari sumber-sumber informasi lain tentang pendidikan gizi anemia agar lebih mengerti tentang anemia remaja.

- b. Siswi dapat melakukan pencegahan anemia agar tidak mengganggu konsentrasi belajar agar tidak berdampak pada prestasi akademik di sekolah.

- c. Agar siswi tidak menyepelekan tentang sikap dalam masalah

- terjadinya anemia pada remaja.
2. Bagi Instansi
    - a. Agar instansi lebih memantau perkembangan akademik siswi untuk mengetahui apa penyebab jika terjadi penurunan konsentrasi belajar.
  3. Bagi Peneliti Lain
    - a. Diharapkan peneliti lain melakukan pengecekan kadar Hemoglobin agar lebih akurat untuk mengetahui pengaruh edukasi sampul buku terhadap remaja putri.
  7. Listiana, A. Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri di SMKN 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah. *J. Kesehat.* (2016).
  8. Depkes RI. Data & informasi kesehatan. Jakarta; (2006).
  9. Zuliana. Identifikasi pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia di sma negeri 7 kendari. (2018).
  10. Badri, N. Pembuatan Media Pembelajaran Interaktif Smk Negeri Tiga Jepara Dengan Materi Power Point 2007. **1**, 73–78 (2012).
  11. Setyanto A E. Memperkenalkan Kembali Metode Eksperimen dalam Kajian Komunikasi. *Ilmu Komun.* **3**, 37–48 (2006).

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Putro, Z. khamim. Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama ( memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja). *J. Apl. Ilmu Ilmu Agama* **17**, 25–32 (2017).
2. Fajriyah, N. N. & Fitriyanto, M. L. H. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *J. Ilmu Kesehat.* 1–6 (2016).
3. Devita Sihotang, S. & Febriany, N. Pengetahuan Dan Sikap Remaja Puteri Tentang Anemia Defisiensi Besi Di Sma Negeri 15 Medan. *J. Keperawatan Holistik* **1**, 40–45 (2012).
4. Sediaoetama. Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi. Jakarta: Dian Rakyat. (2010).
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2013. Jakarta: Kemenkes RI 2017.
6. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. Buku saku kesehatan tahun 2017. Semarang. Dinkes Provinsi Jateng. (2017).