

## PENGARUH PENYULUHAN DAN MEDIA POSTER TENTANG ANEMIA TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA SANTRIWATI (Studi Di Pondok Pesantren Al-Bisyri Kota Semarang)

Aulia Meidina Sulistyowati\*), M. Zen Rahfiludin\*\*), Apoina Kartini \*)

\*Mahasiswa Peminatan Gizi FKM UNDIP

\*\*)Dosen Bagian Gizi FKM UNDIP

e-mail: [aulia.meidina@ymail.com](mailto:aulia.meidina@ymail.com)

### ABSTRAK

Health problems in the group of young women ages 12-19 years that are often encountered is anemia. The effects of anemia can cause ongoing stress and fatigue complications. 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. The purpose of this study was to determine the effect of nutrition education using posters on the level of knowledge and attitudes of adolescent female students. This research uses Pre-Experimental Design One Group with 36 research samples with purposive sampling technique. The research group was given a pre-test and then given nutrition education with Poster media, then post-test to be given after giving nutrition education with vulnerable time 2 weeks after being given a pre-test. The results showed that there was an increase in knowledge of the good category by 27.8% to 100% and an increase in attitude in providing good category interventions by 50% to 61.1%. Based on the Wilcoxon Signed Ranks Test and Paired t-test there are differences in the level of knowledge  $p = 0,001$  ( $p < 0.05$ ) and there are differences in attitude  $p = 0,001$  ( $p < 0.05$ ). The conclusion of this study is that there is an influence of nutrition education on increasing knowledge and attitudes about Adolescent Girls' Anemia. The suggestion of this research is the boarding school and the government should increase knowledge about nutrition for young women with anemia so that they can provide good attitudes and practices to be prevented by young women who have anemia.

**Keywords:** Counseling, Poster, Anemia Knowledge, Anemia Attitude, Young Women

---

### PENDAHULUAN

Anemia adalah penyakit yang disebabkan karena kekurangan asupan zat gizi besi didalam tubuh yang sangat berperan dalam membentuk hemoglobin. Keadaan tubuh dimana kadar hemoglobin dibawah batas normal yaitu Hb < 12 g/dl dapat dikatakan sebagai anemia.<sup>1,2</sup> Dalam kasus anemia

apabila kandungan Hb tidak mencapai batas normal dapat menyebabkan komplikasi seperti stres dan kelelahan yang berkelanjutan sehingga menimbulkan rasa lelah, letih dan lesu pada organ tubuh dan mengganggu aktifitas kegiatan serta penurunan prestasi belajar.<sup>2</sup>

Hal tersebut dapat berdampak terhadap prestasi belajar dan produktifitas kegiatan. Prevalensi anemia di Indonesia menurut Riskesdas tahun 2013 sebesar 21,7%, dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4%, dan penderita anemia berumur 15-24 tahun sebesar 18,4%.<sup>3</sup>

Remaja perempuan memiliki resiko tinggi sepuluh kali lebih besar dibandingkan remaja laki-laki.<sup>3</sup> Remaja perempuan sering mengabaikan kondisi kesehatannya sehingga anemia tidak dapat terdeteksi dan akan terus menjadi kasus tinggi setiap tahunnya. Selain itu sedikit banyak remaja perempuan sering menjaga penampilan agar tetap kurus sehingga menimbulkan asumsi untuk diet atau mengurangi makan.<sup>4,5</sup>

Secara umum tingginya prevalensi anemia disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan tentang beberapa faktor yaitu pola makan yang kurang, dan rendahnya asupan zat gizi besi maupun zat gizi lainnya. Faktor selanjutnya adalah faktor secara tidak langsung terdiri dari tingkat kepatuhan mengkonsumsi TTD (tablet tambah darah).<sup>6,7</sup>

Penelitian sebelumnya tentang kejadian anemia di pondok pesantren di Grobogan Jawa Tengah pada saat menstruasi penderita anemia sebesar 95,5% sedangkan yang tidak menderita anemia sebanyak 1%. Saat tidak sedang menstruasi tetapi mengalami anemia sebesar 60% sedangkan yang tidak anemia 40%.<sup>8</sup> Angka kejadian anemia khususnya di Jawa Tengah pada tahun 2013 mencapai 57,1%. Menurut Riskesdas 2017 anemia masih menjadi salah satu masalah gizi di Indonesia.<sup>6,9</sup>

Masalah kesehatan di pondok pesantren jarang mendapatkan

perhatian dengan baik oleh warga di pesantren, masyarakat maupun pemerintah. Kebanyakan pondok pesantren kurang untuk menunjang kehidupan sehari-hari termasuk fasilitas kesehatannya.<sup>10</sup>

Perlu adanya penyampaian edukasi yang dapat dilakukan menggunakan teknik dan media edukasi tertentu untuk menanggulangi anemia pada remaja putri.<sup>11</sup> Dalam penelitian ini media yang dapat digunakan dalam edukasi adalah media Poster, yang berisikan materi mengenai Anemia dan cara pencegahannya. Pendidikan diberikan khususnya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri untuk penanggulangan anemia. Poster diberikan dengan cara ditempel atau dipasang di tempat-tempat yang strategis dengan tujuan menarik perhatian remaja untuk membacanya.<sup>12</sup> Pada penelitian sebelumnya penggunaan media poster pada anemia ibu hamil sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan anemia pada *pre-test* dan *post-test*.<sup>13</sup>

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis bermaksud untuk meneliti pengaruh edukasi poster terhadap tingkat pengetahuan dan sikap terkait anemia zat besi remaja putri yang belum pernah diteliti sebelumnya di Pondok Pesantren Al-Bisyri di Kota Semarang.

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian menggunakan *Pre-Eksperiment Design One Group Pretest-Posttest*. Populasi penelitian ini adalah 90 santriwati di Pondok Pesantren Al-Bisyri. Sampel yang dipilih dengan metode *purposive sampling* menggunakan kriteria inklusi 1. Remaja putri tingkat SMP dan SMA,

2. Bersedia menjadi sampel penelitian, berada ditempat saat penelitian. Kriteria eksklusi 1. Remaja Putri yang ijin sakit dan 2. Remaja putri yang tidak mengikuti *pre-test*. menggunakan perhitungan sampel sehingga didapatkan jumlah 36 orang sebagai sampel penelitian.

Data primer penelitian ini berupa kuesioner tingkat pengetahuan dan sikap tentang Anemia serta sumber informasi lain yang sudah pernah didapatkan. Analisis yang dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan uji *Paired T-test*. Proses intervensi pendidikan gizi penelitian melakukan pemberian materi menggunakan power point dan Poster. Sebelumnya peneliti memberikan *informed consent*, *pre test* dan *post test* kepada responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisis Variabel Penelitian

Hasil penelitian ini, didapatkan karakteristik sampel yang terdiri dari usia, pendidikan, tingkat pengetahuan dan sikap. Penelitian menggambarkan keadaan satu kelompok intervensi. Rentang usia responden dalam penelitian adalah 12-19 tahun remaja putri.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi sampel berdasarkan Umur dan Pendidikan

Variabel	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
<b>Umur (tahun)</b>		
12-13	13	36,1%
14-15	11	30,6%
16-19	12	33,4%

### Pendidika

<b>n</b>	20	55,6
SMP	16	44,4
SMA/SMK		

Hasil tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar santriwati berumur 12 dan 14 tahun sebesar 19,4% sebanyak 7 orang. Dan Karakteristik sampel berdasarkan pendidikan remaja putri di Pondok Pesantren Al-Bisyri didapatkan bahwa pendidikan terbanyak adalah SMP/MTs sebesar 55,6% sedangkan tingkat SMA/SMK sebesar 44,4%. Usia pada seseorang dapat menyebabkan perubahan pada berbagai aspek, seperti fisik, psikologis, dan kejiwaan.

### 2. Gambaran Pengetahuan dan Sikap Santriwati di Pondok Pesantren Al-Bisyri Kota Semarang

Tabel 2. Distribusi Frekuensi kategori tingkat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	Awal	Akhir
	f %	f %
<b>Kurang (&lt;75%)</b>	26 72,2	0 0
<b>Baik (≥ 75%)</b>	10 27,8	36 100
<b>TOTAL</b>	36 100,0	36 100,0

Tabel 2. menunjukkan bahwa jumlah pengetahuan mengalami peningkatan dari kategori baik 27,8% menjadi 100%.

Tabel 3. Distribusi frekuensi jawaban benar pertanyaan pengetahuan

No.	Pertanyaan	N	Awal		Akhir	
			f	%	f	%
1.	Definisi Anemia	36	36	100,0	36	100,0
2.	Batas Anemia	36	31	86,1	36	100,0
3.	Tanda dan Gejala Anemia	36	35	97,2	36	100,0
4.	Tanda Anemia Kelopak Mata	36	17	47,2	26	72,2
5.	Penyebab Anemia	36	27	75,0	34	94,4
6.	Faktor Penyebab	36	25	69,4	34	94,4
7.	Kehilangan darah	36	31	86,1	36	100,0
8.	Menstruasi	36	27	75,0	34	94,4
9.	Pengaruh konsentrasi	36	32	88,9	34	94,4
10.	Pengaruh penurunan BB	36	32	88,9	35	97,2
11.	Pengaruh Tinggi badan	36	18	50,0	28	77,7
12.	Pengaruh prestasi belajar	36	21	58,3	35	97,2
13.	Anemia tidak dapat dicegah	36	26	72,2	33	91,7
14.	Anemia tidak diobati zat besi	36	22	61,1	33	91,7
15.	Pangan hewani	36	26	72,2	34	94,4
16.	Sayuran kurang zat besi	36	30	83,3	29	80,6
17.	Sayuran saja tidak cukup	36	17	47,2	31	86,1
18.	Daging sumber zat besi	36	27	75,0	36	100,0
19.	Vitamin C tidak diperlukan	36	21	58,3	34	94,4
20.	Vit C penghambat zat besi	36	25	69,4	35	97,2
21.	Teh, kopi penghambat	36	32	88,9	36	100,0
22.	Anemia diobati TTD	36	10	27,8	36	100,0
23.	TTD 1x menstruasi	36	6	16,7	36	100,0
24.	Remaja tidak diberi TTD	36	20	55,6	36	100,0
25.	Anemia dialami wanita	36	24	66,7	36	100,0

Berdasarkan tabel 3. Diketahui terdapat 25 pertanyaan pengetahuan setelah diberi intervensi meningkat namun belum mencapai rata-rata baik 90,88% dan masih salah terjawab oleh responden adalah pertanyaan nomor 4 dari tanda-tanda anemia sebesar 72,2% sebanyak 26 orang, pertanyaan nomor 11 tentang anemia mempengaruhi tinggi badan sebesar 77,7% sebanyak 28 orang dan pertanyaan nomor 16 tentang sayuran dan buah-buahan yang mengandung zat besi sebesar 80,6% sebanyak 31 orang.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi kategori tingkat Sikap

Sikap	Awal		Akhir	
	f	%	f	%
<b>Kurang (&lt; Mean)</b>	18	50	14	38,9
<b>Baik (&gt;Mean)</b>	18	50	22	61,1
<b>Total</b>	36		36	
	100,0		100,0	

Tabel 4. menunjukkan jumlah sampel penelitian yang memiliki sikap baik meningkat dari sebesar 50% menjadi 61,1%.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pertanyaan Sikap

No.	Pertanyaan	N	Awal		Akhir	
			f	%	f	%

No.	Pertanyaan	N	Awal		Akhir	
			f	%	f	%
1	Remaja lemas saat menstruasi makan sumber zat besi	108	80	74,1	104	96,3
2	Konsumsi sayur-sayuran	108	79	73,2	105	97,2
3	Pentingnya makan pagi	108	103	95,4	101	93,6
4	Makan buah sumber vit C	108	83	76,9	97	89,9
5	Konsumsi TTD cegah anemia	108	78	72,2	84	77,8
6	Konsumsi TTD saat menstruasi saja	108	65	60,2	88	81,5
7	Anemia tidak berbahaya	108	65	60,2	91	84,3
8	Konsumsi Daging perlu	108	46	42,6	73	67,6
9	5L tidak mengganggu belajar	108	69	63,9	74	68,5
10	Diam saja saat tanda anemia	108	71	65,8	105	97,2
11	Perasaan khawatir anemia	108	66	61,1	75	69,5
12	Pentingnya Informasi Anemia	108	82	76,0	102	94,4

Tabel 5. Menunjukkan 12 pertanyaan sikap setelah diberi intervensi meningkat namun belum mencapai rata-rata baik 84% dan masih salah terjawab oleh responden adalah pertanyaan sikap nomor 5 konsumsi TTD sebesar 77,8%, nomor 8 tentang sikap konsumsi daging sebesar 67,6%, pertanyaan nomor 9 tentang sikap 5L tidak mengganggu belajar sebesar 68,5% dan nomor 11 pertanyaan tentang sikap perasaan khawatir anemia sebesar 69,5%.

### 3. Gambaran Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Santriwati Pondok Pesantren Al-Bisyri Kota Semarang

Tabel 6. Uji Normalitas Variabel Penelitian

Var.	Seb/Se	Signif	Keterangan
	s	ikansi	
		(Shapiro	
		Wilk)	
Pengetahuan	Sebelum	0.174	Normal
		0,04	Tidak

	Sesudah	Normal
Sikap	Sebelum	0,617
	Sesudah	0,221

Hasil uji statistik normalitas didapatkan hasil tidak normal  $p \leq 0,05$  untuk kategori pengetahuan. Sedangkan untuk kategori sikap didapatkan hasil normal  $p > 0,05$  sehingga kategori pengetahuan *pre* dan *post test* dapat diukur menggunakan uji *Wilcoxon* dan kategori sikap dapat diukur menggunakan uji *Paired T-test*.

Tabel 7. Perbedaan tingkat pengetahuan

Pengetahuan	Median $\pm$ SD (Min-Max)	p-Value
Sebelum	17,00 $\pm$ 2,091 (12-21)	
Sesudah	24,00 $\pm$ 1,081 (21-25)	0,00

a 4. **Gambaran Karakteristik Santriwati Pondok Pesantren Al-Bisyri Semarang Menurut Sumber Informasi**

Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji *Wilcoxon signed rank test* menunjukkan  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) dimana terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri (santriwati) antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan (intervensi). Hasil serupa ditunjukkan pada penelitian yang dilakukan oleh Sefaya dimana terdapat perbedaan tingkat pengetahuan yang diberikan pendidikan gizi tentang anemia menggunakan buku saku.<sup>14</sup>

Tabel 8. Perbedaan sikap

Sikap	Mean±SD (Min-Max)	p-Value
Sebelum	24,64 ± 5,488 (12-35)	
Sesudah	30,53 ± 2,981 (23-36)	0,000 <sup>b</sup>

Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji *Paired T-test* menunjukkan  $p= 0,000$  ( $p<0,05$ ) yang artinya adanya perbedaan antara sikap sebelum dan sesudah diberikannya intervensi. Penelitian Sefti yang menjelaskan bahwa ada peningkatan sikap remaja tentang penyakit menular seksual yang signifikan  $p= 0,000$  ( $p< 0,05$ ).<sup>15</sup> Sikap seseorang dapat berubah dengan tambahan informasi tentang objek tertentu. Pendidikan dan pelatihan dapat meningkatkan sikap, melalui pendidikan akan terjadi komunikasi antara fasilitator dengan peserta dan peserta dengan peserta yang lain. Dengan demikian proses komunikasi berjalan dengan lancar.<sup>11,16,17</sup>

Tabel 6. Distribusi menurut sumber informasi lain

Frekuensi (orang)	Mendapatkan Sumber Informasi	Persentase (%)
34	Ya	94,4%
2	Tidak	5,6%

Hasil penelitian pada remaja putri (santriwati) di Pondok Pesantren Al-Bisyri ada 94,4% responden yang sudah pernah mendapatkan sumber informasi lain terkait Anemia sebanyak 34 orang sedangkan yang merasa belum mendapatkan sumber informasi tentang Anemia sebesar 5,6% dengan jumlah 2 orang. Sumber informasi yang didapatkan oleh 34 responden terlihat dari pengisian kuesioner banyak informasi yang didapatkan dari media lisan (petugas kesehatan, kader, keluarga, tetangga teman, dll).

Hasil lain dari kuesioner banyak santriwati yang mendapatkan sumber informasi 2 tahun yang lalu, tambahan pendidikan kesehatan dari peneliti dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan dan sikap responden yang tidak ingat menjadi kembali ingat sehingga pengetahuan dan sikap menjadi baik.

**SIMPULAN**

1. Karakteristik responden sebagian besar berpendidikan SMP/MTs 55,6% dan SMA/SMK 44,4%, dengan kategori

umur 12 tahun dan 14 tahun yang memiliki jumlah paling banyak 7 orang per kategori.

2. Ada perbedaan pada tingkat pengetahuan dari sebelum dan setelah dilakukan intervensi melalui media Poster. Jumlah pengetahuan mengalami peningkatan dengan perubahan yang signifikan dari kategori 27,8% menjadi 100% dengan.
3. Ada perbedaan pada sikap setelah di intervensi pada responden berdasarkan kategori sikap baik sebelum dan sesudah melalui media Poster yaitu dari 50% menjadi 61,1%.
4. Responden yang diteliti sebagian besar sudah pernah mendapatkan sumber informasi lain mengenai Anemia namun dengan jangka waktu yang sudah terlalu lama  $\pm$  2 tahun yang lalu.

#### SARAN

1. Bagi remaja putri (santriwati) Pondok Pesantren Al-Bisyri Semarang.
  - a. Remaja putri dapat menerapkan pengetahuan yang telah didapatkan dari pendidikan gizi.
  - b. Remaja putri dapat menerapkan sikap untuk bisa menjaga dan memperhatikan kesehatan terutama Anemia.
2. Bagi peneliti lain
  - a. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengadakan penelitian lanjutan untuk menekankan dan meneliti tingkat sikap dan perilaku

remaja santriwati di pondok pesantren sehingga dapat menjadi sumber referensi baru.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Almatsier, S. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. (Gramedia, 2009).
2. Widyastuti, P. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. (EGC, 2010).
3. Kemenkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia*. (2014).
4. Suryani, D., Hafiani, R. & Junita, R. Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kota Bengkulu. *J. Kesehat. Masy. Andalas* **10**, 11 (2017).
5. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. *Profil Kesehatan. Dinas Kesehat. Provinsi Jawa Barat* (2016).
6. Kemenkes RI. *Profile Kesehatan Indonesia Tahun 2017. Ministry of Health Indonesia* (2018). doi:10.1002/qj
7. Lestari, P. Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA N 2 Banguntapan Bantul. **10**, 32 (2012).
8. Inayati Catur, P. Hubungan Antara Status Gizi dan Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Santri Putri Pondok Pesantren Al-Hidayah Kecamatan Karangrayung Kabupaten Grobogan. (2009).
9. WHO. *Prevention of Iron Deficiency Anemia in Adolescents*. (2011).
10. Ahmad, D. Pola Hidup di Pondok Pesantren Bahrul Quran Jonggrangan Sumberadi Mlati Sleman. (2018).
11. Fikawati, S., Syafiq, A. &

- Nurjuaida, S. Pengaruh suplementasi zat besi satu dan dua kali per minggu terhadap kadar hemoglobin pada siswi yang menderita anemia. (2005).
12. Megawati. Pengaruh Media Poster Terhadap Hasil Belajar Kosakata Bahasa Inggris. (2017).
13. Arwin, A. Pengaruh Poster Pencegahan Anemia Terhadap Perilaku Dan Kadar Hb Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Baki Sukoharjo. (2017).
14. Sefaya, K. T., Nugraheni, S. A. & Rahayuning, D. Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Tingkat Kecukupan Gizi Terkait Pencegahan Anemia Remaja (Studi Pada Siswa Kelas XI SMA Teuku Umar Semarang). *J. Kesehat. Masy.* **5**, 272–282 (2017).
15. Sisca F, S. R. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Penyakit Menular Seksual di SMK Fajar Bolaang Mongodow Timur. *J. Keperawatan* **2**, (2014).
16. Widodo U, Z. Pengaruh pendidikan gizi pada murid Sekolah Dasar terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu keluarga mandiri sadar gizi di Kabupaten Indragiri Hilir. *J. Gizi Klin. Indones.* (2006).
17. Notoadmojo, S. *Kesehatan Masyarakat*. (Rineka Cipta, 2011).