JURNAL ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA:
Health Science Journal

VOL 15 No 2 (2024): 583-588
DOI: 10.34305/jikbh.v15i02.1186
E-ISSN: 2623-1204 **P-ISSN:** 2252-9462
Journal Homepage: ejournal.stikku.ac.id/index.php/stikku

Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dalam pencegahan anemia pada remaja putri

[1]Nia Musniati, [2]Fitria Fitria

[1]Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka
[2]Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

How to cite (APA)
Musniati, N., & Fitria, F. (2024). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dalam pencegahan anemia pada remaja putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, *15*(02), 583–588. https://doi.org/10.34305/jikbh.v15i02.1186

History
Received: 5 Juni 2024
Accepted: 24 November 2024
Published: 1 Desember 2024

Coresponding Author
Nia Musniati, Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka; niamusniati@uhamka.ac.id

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License / CC BY 4.0

ABSTRAK

Latar Belakang: LoSampai saat ini prevalensi anemia pada remaja masih tinggi. Salah satu penyebab anemia pada remaja puteri adalah kurangnya pengetahuan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui Pengaruh edukasi gizi dengan ceramah dan media *leaflet* terhadap pengetahuan dalam pencegahan anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 13 Jakarta.
Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain Quasi Experiment. Sampel kelompok intervensi adalah 30 siswi yang diberikan intervensi edukasi gizi dengan ceramah dan *leafleat*. Sampel kelompok kontrol adalah 30 siswi yang tidak diberikan intervensi. Analisis data yang dilakukan adalah analisis univariat, bivariat.
Hasil: Hasil penelitian menunjukkan perbedaan signifikan rata-rata antara skor pengetahuan pretest dan post test atau ada pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan remaja puteri dalam pencegahan anemia (*p* 0,000).
Kesimpulan: Penelitian menyimpulkan edukasi gizi dengan media ceramah dan *leaflet* efektif meningkatkan pengetahuan remaja puteri dalam pencegahan anemia.

Kata Kunci : Anemia, edukasi, gizi, pengetahuan, remaja putri

ABSTRACT

Background: Until now, the prevalence of anemia in adolescents is still high. One of the causes of anemia in adolescent girls is the lack of knowledge about anemia. The purpose of this study was to determine the effect of nutrition education with lectures and media leaflets on knowledge in the prevention of anemia in adolescent girls at SMA Muhammadiyah 13 Jakarta.
Method: This research is a quantitative research with a Quasi Experiment design. The sample of the intervention group was 30 female students who were given nutrition education interventions with lectures and leaflets. The sample of the control group was 30 female students who were not given the intervention. The data analysis carried out was univariate and bivariate analysis.
Result: The results showed a significant difference in average between the pretest and posttest knowledge scores or there was an effect of nutrition education on the knowledge of adolescent girls in preventing anemia (p 0.000).
Conclusion: The study concluded that nutrition education with media lectures and leaflets was effective in increasing the knowledge of young women in preventing anemia. Periodic socialization is needed to increase adolescent knowledge about anemia and its prevention.

Keyword : Anemia, education, nutrition, knowledge, adolescent girls

OPEN ACCESS

Pendahuluan

Pada masa remaja terjadi peningkatan kebutuhan zat besi yang digunakan untuk penambahan volume darah dan kenaikan konsentrasi hemoglobin yang berhubungan dengan terjadinya kematangan seksual. Pada remaja putri tambahan zat besi digunakan untuk mengganti zat besi yang hilang bersama darah ketika haid. Apabila remaja mengalami kekurangan asupan zat besi dapat berdampak pada gangguan kebutuhan dan respon kekebalan (Susirah, 2017). Apabila kekurangan zat besi berlangsung terus menerus akan menyebabkan anemia defisiensi zat besi. Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan anemia juga pada saat hamil. Hal ini akan mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan terganggu. Selain itu, anemia pada saat hamil tidak hanya mengakibatkan komplikasi kehamilan dan persalinan tetapi juga dapat menyebabkan kematian ibu dan anak (Kemenkes RI, 2018).

Sampai saat ini prevalensi anemia pada remaja masih tinggi. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 proporsi anemia pada perempuan sebesar (27,2%) lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki yaitu sebesar (20,3%). Pada tahun 2018 proporsi anemia pada perempuan kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32%. Sementara itu, persentase remaja putri umur 12-18 tahun yang mendapat tablet tambah darah (TTD) di DKI Jakarta sebanyak 10,3% namun angka ini masih lebih rendah dibandingkan di Indonesia yaitu 12,4% (Kemenkes, 2018). Hasil Penelitian oleh Saleha, S., & Nurhidayati, N. (2023) menunjukkan sebagian besar remaja menderita anemia (66%). Perilaku remaja puteri yang tidak minum tablet tambah darah per minggu saat tidak menstruasi 70,9% dan tidak minum tablet tambah darah selama menstruasi adalah 94,5% (Musniati, N., & Fitria. (2022).

Salah satu penyebab anemia pada remaja putri adalah masih kurangnya pengetahuan tentang anemia. Sebagian besar (66,7%) remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang tentang anemia (Kasumawati et al., 2020). Penelitian lain juga menunjukkan masih banyak remaja yang memiliki pengetahuan kurang tentang anemia (50%) dan sebanyak 87,2% remaja memiliki pengetahuan kurang tentang tablet tambah darah (Simanungkalit & Simarmata, 2019). Hasil penelitian Dewi, E. S., Mardhiati, R., & Musniati, N. (2023) menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan dengan anemia pada remaja puteri (p 0,048). Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi tentang pencegahan anemia pada remaja putri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan metode ceramah dan media leaflet terhadap pengetahuan tentang pencegahan anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 13 Jakarta.

Hasil

Desain dalam penelitian ini menggunakan *Quasi Experimen* dengan pendekatan *non equivalen with control group pretest posttest design.* Penelitian dilakukan di SMA Muhammadiyah 13 Jakarta. Waktu penelitian Desember 2021 sampai Juni 2022. Waktu pengumpulan data adalah Februari 2022.

Populasi adalah siswi SMA Muhammadiyah 13 Jakarta. Terdapat 2 kelompok dalam penelitian ini yaitu satu kelompok kontrol dan satu kelompok intervensi. Kelompok intervensi adalah kelompok siswi yang mendapatkan edukasi gizi dengan metode ceramah dan media *leaflet*, sedangkan kelompok kontrol adalah kelompok siswi yang tidak mendapatkan perlakuan (intervensi). Selanjutnya proses penelitian berjalan dan diobservasi untuk menentukan perbedaan atau perubahan yang terjadi pada kelompok intervensi.

Cara pemilihan sampel atau subyek penelitian menggunakan teknik Quota Sampling, dimana subyek kelompok kontrol terdiri dari 30 siswi dan kelompok intervensi terdiri dari 30 siswi.

OPEN ACCESS

Pengumpulan data dilakukan secara *online* menggunakan instrument berupa angket dengan *google form*. Instrumen dilengkapi dengan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP). Naskah penjelasan berisikan tujuan, prosedur penelitian, dan manfaat bagi responden. Selain itu, PSP juga menekankan bahwa pengisian angket bersifat sukarela dan rahasia.

Penelitian ini mengukur variabel pengetahuan remaja puteri dalam pencegahan anemia sebelum dan sesudah intervensi. Pertanyaan terdiri dari 10 pertanyaan tentang pengetahuan remaja puteri dalam pencegahan anemia yaitu pengertian anemia, penyebab anemia, sumber makanan zat besi, kadar hb, cara mengetahui anemia, makanan minuman yang menghambat dan meningkatkan penyerapan zat besi, dampak anemia, pencegahan anemia dan tablet tambah darah (TTD).

Pengolahan dilakukan dengan memberikan skoring berdasarkan jawaban responden, jika menjawab benar diberi skor 1 dan jika menjawab salah diberi skor 0. Analisis yang dilakukan adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan Uji *T Paired Sample* (uji beda dua mean dependen) karena data berdistribusi normal. Uji ini digunakan untuk melihat perbedaan rata-rata skor pengetahuan pretest dan posttest atau pengaruh edukasi terhadap pengetahuan pencegahan anemia sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Selain itu juga dilakukan Uji T Independen untuk melihat perbedaan rata-rata pengetahuan dalam pencegahan anemia pada 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan intervensi.

Hasil

Analisis Univariat

Hasil pre test pengetahuan pada kelompok kontrol menunjukkan rata-rata 6,23, median 6,00, modus 5, nilai terendah 4 dan tertinggi 8 dengan standar deviasi 1,331. Hasil uji normalitas menunjukkan data pre test skor pengetahuan kelompok kontrol berdistribusi normal (p>0,05). Hasil post test pengetahuan pada kelompok kontrol menunjukkan rata-rata 5,83, median 6,00, modus 5, nilai terendah 3 dan tertinggi 8 dengan standar deviasi 1,392. Hasil uji normalitas menunjukkan data post test skor pengetahuan kelompok kontrol berdistribusi normal (p>0,05) (tabel 1).

Hasil pre test pengetahuan pada kelompok intervensi menunjukkan rata-rata 6,27, median 6,50, modus 7, nilai terendah 4 dan tertinggi 8 dengan standar deviasi 1,172. Hasil uji normalitas menunjukkan data pre test skor pengetahuan kelompok intervensi berdistribusi normal (p>0,05). Hasil post test pengetahuan pada kelompok intervensi menunjukkan rata-rata 8,50, median 9,00, modus 9, nilai terendah 5 dan tertinggi 10 dengan standar deviasi 1,333. Hasil uji normalitas menunjukkan data post test skor pengetahuan kelompok intervensi berdistribusi normal (p>0,05) (tabel 2).

Analisis Bivariat

Hasil bivariat menggunakan Uji *T Paired Sample* karena data berdistribusi normal. Pada kelompok kontrol ditemukan tidak ada perbedaan rata-rata antara skor pengetahuan pretest dan post test (p>0,05) (tabel 3). Pada kelompok intervensi ditemukan ada perbedaan signifikan rata-rata antara skor pengetahuan pretest dan post test atau ada pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan remaja puteri dalam pencegahan anemia (p<0,05) (tabel 4).

Selain itu dilakukan juga uji T independen untuk melihan apakah ada perbedaan rata-rata skor pengetahuan pre test dan post test pada kelompok kontrol dan intervensi. Hasil menunjukkan tidak ada perbedaan rata-rata skor pre test pada kelompok kontrol dan intervensi (p>0,05). Hasil uji variasi *p value levene's* data juga menunjukkan antara data pre test kelompok kontrol dan intervensi memiliki variasi sama (p>0,05) (tabel 5). Hasil menunjukkan ada perbedaan signifikan antara rata-rata post test pada kelompok kontrol dan intervensi (p<0,05) Hasil uji variasi *p value levene's* data juga menunjukkan antara data Post test

OPEN ACCESS

Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: *Health Science Journal*
VOL 15 No 2 (2024)
E-ISSN: 2623-1204 P-ISSN: 2252-9462
Journal Homepage: https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/stikku

kelompok kontrol dan intervensi memiliki variasi sama (p>0,05) (tabel 6).

Tabel 1. Sebaran Nilai-Nilai Statistik Dan Uji Normalitas Berdasarkan Skor Pengetahuan Pada Kelompok Kontrol

Skor Pengetahuan	n	Mean	Median	Modus	Min	Maks	SD	*P–value Kolmogorov*
Pre test	30	6,23	6,00	5	4	8	1,331	0,456
Post test	30	5,83	6,00	5	3	8	1,392	0,437

Tabel 2. Sebaran Nilai-Nilai Statistik Dan Uji Normalitas Berdasarkan Skor Pengetahuan Pada Kelompok Intervensi

Skor Pengetahuan	n	Mean	Median	Modus	Min	Maks	SD	*P–value Kolmogorov*
Pre test	30	6,27	6,50	7	4	8	1,172	0,075
Post test	30	8,5	9,00	9	5	10	1,333	0,132

Tabel 3. Analisis Perbedaan Rata-Rata Pre Test Dan Post Test Pada Kelompok Kontrol

Skor pengetahuan	Mean	SD	SE	P Value	N
Pre test	6,23	1,331	0,243	0,178	30
post test	5,83	1,392	0,254		30

Tabel 4. Analisis Perbedaan Rata-Rata Pre Test Dan Post Test Pada Kelompok Intervensi

Skor pengetahuan	Mean	SD	SE	P Value	N
Pre test	6,27	1,172	0,214	0,000	30
Post test	8,50	1,333	0,243		30

Tabel 5. Analisis Perbedaan Rata-Rata Pre Test Pada Kelompok Kontrol dan Intervensi

Kelompok	Mean	SD	SE	P value levene's	p value independen t test	N
Kontrol	6,23	1,331	0,243	0,422	0,918	30
Intervensi	6,27	1,172	0,214			

Tabel 6. Analisis Perbedaan Rata-Rata Post Test Pada Kelompok Kontrol dan Intervensi

Kelompok	Mean	SD	SE	P value levene's	p value independen t test	N
Kontrol	5,83	1,392	0,254	0,910	0,000	30
Intervensi	8,50	1,333	0,243			

Pembahasan

Pengetahuan merupakan hasil tahu yang didapatkan seseorang setelah melakukan penginderaan terhadap objek tertentu melalui panca indera manusia (Nurmala, 2018). Edukasi gizi merupakan salah satu proses belajar untuk memperoleh pengetahuan dan informasi mengenai gizi dan kesehatan. Apabila informasi yang disampaikan tersebut tidak jelas maka hasil pembelajaran yang didapatkan pun tidak optimal (Notoatmodjo, 2007).

Perubahan pengetahuan saat post test merupakan hasil dari edukasi gizi dengan metode ceramah dan media leaflet. Peningkatan skor pengetahuan ini dapat disebabkan karena beberapa hal. Pertama,

OPEN ACCESS

setelah diberikan edukasi gizi, remaja putri mendapatkan tambahan pengetahuan tentang pencegahan anemia. Disamping itu, remaja putri yang diberikan edukasi gizi pencegahan anemia dapat menerima dan memahami materi yang disampaikan dengan baik. Hal ini juga tidak terlepas dari penggunaan berbagai media yaitu media *power point* dengan metode ceramah dan media leaflet.

Hasil penelitian menunjukkan skor pengetahuan pre test baik pada kelompok kontrol dan Intervensi memiliki rata-rata kurang yaitu 6,23 pada kelompok kontrol dan 6,27 pada kelompok intervensi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Musniati, N., & Fitria, F. (2022) yang menunjukkan pengetahuan remaja puteri dalam pencegahan anemia sebagian besar rendah (58,7%).

Pada penelitian ini diperoleh ada pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan pencegahan anemia pada remaja puteri. Pendidikan gizi pada remaja putri dengan media audio visual juga berpengaruh terhadap pengetahuan tentang anemia (Rusdiarti & PA, 2021). Begitupula dengan penelitian (Asmawati et al., 2021) ada pengaruh penyuluhan dengan media video terhadap pengetahuan anemia.

Hasil penelitian oleh Hidayah et al., (2022) menunjukkan hasil pre test pengetahuan remaja tentang anemia 52% memiliki pengetahuan cukup dan pengetahuan baik 48%. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada perbedaan pengetahuan pre test dan post test (p 0,000). Hasil penelitian Juwa, M. M. M., & Naingalis, A. L. (2023) juga menunjukkan ada pengaruh edukasi melalui media video dan Pesan teks *Whatsapp* terhadap pengetahuan remaja puteri (p 0,046).

Kesimpulan

Penelitian menyimpulkan edukasi gizi dengan media ceramah dan *leaflet* efektif meningkatkan pengetahuan remaja puteri dalam pencegahan anemia. Diperlukan sosialiasi secara berkala untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang penyakit anemia dan pencegahannya.

Saran

Penyuluhan edukasi gizi dengan ceramah dan leaflet dapat secara rutin dilakukan terhadap siswa. Siswa yang dapat penyuluhan secara rutin dapat meningkatan pengetahuan dan sikap dalam pencegahan anemia.

Daftar Pustaka

Asmawati, N., Nurcahyani, I. D., Yusuf, K., Wahyuni, F., & Mashitah, S. (2021). Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Putri SMPN 1 Turikale Tahun 2020. *JGK*, *13*(2), 22–30. https://doi.org/10.35473/jgk.v13i2.122.

Dewi, E. S., Mardhiati, R., & Musniati, N. (2023). Factors Associated with the Incidence of Anemia in Girls at SMPN 17 Tangerang in 2022. *Journal of Biomedika and Health*, *6*(1), 2621–5470. Retrieved from https://doi.org/10.56186/jbk.13-25

Hidayah, N., Imaningsih, A. N., Damayanti, E. D., Fitria, N. W., Ramadhani, M. P., Merisdiansyah, W. E., & Shahla, G. R. V. (2022). Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Perempuan Desa Jipurapah Tentang Anemia Dan Gizi Seimbang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, *8*(4), 612–619. https://doi.org/10.33023/jikep.v8i4.1314

Juwa, M. M. M., & Naingalis, A. L. (2023). Pengaruh Edukasi tentang Anemia melalui Media Video dan Pesan Teks Whatsapp terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, *3*(9), 2752–2767. https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i9.11120

Kasumawati, F., Holidah, H., & Jasman, N. A.

OPEN ACCESS

(2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Serta Paparan Media Informasi Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Di Sma Muhammadiyah 04 Kota Depok. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, *4*(1), 1. https://doi.org/10.52031/edj.v4i1.36

Kemenkes. (2018). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*.

Kemenkes RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kemenkes RI.

Musniati, N., & Fitria. (2022). Edukasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Media Karya Kesehatan*, *5*(2), 224–232. Retrieved from https://jurnal.unpad.ac.id/mkk/article/view/38303/18658

Musniati, N., & Fitria, F. (2022). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Puteri. *Journal of Health Research Science*, *2*(02), 76–83. https://doi.org/10.34305/jhrs.v2i02.573

Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.

Nurmala, I. (2018). *Promosi Kesehatan*. Airlangga University Press.

Rusdiarti, & PA, I. L. (2021). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap mengenai Anemia pada Remaja Putri. *JKAKJ*, *5*(1), 1–6.

Saleha, S., & Nurhidayati, N. (2023). Analisis Kejadian Anemia Terhadap Status Gizi Dan Kaitannya Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Di Universitas Almuslim. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, *14*(02), 324–330. https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.853

Simanungkalit, S. F., & Simarmata, O. S. (2019). Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Remaja Putri yang Berhubungan dengan Status Anemia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, *47*(3), 175–182. https://doi.org/10.22435/bpk.v47i3.1269.

Susirah, S. (2017). Gizi Usia Remaja. In S. Almatsier (Ed.), *Gizi Usia Remaja*. PT Gramedia Pustaka Utama.

OPEN ACCESS