

PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA *EXPLOSION BOX* TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
MENGENAI ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI
SMAN 23 JAKARTA BARAT

The Effect of Nutritional Education with the Media Explosion Box on Knowledge and Attitudes about Anemia
to Teenage Girl in Senior High School 23 Jakarta Barat

Nadila Maelafitri, Laras Sitoayu, Anugrah Novianti

Mahasiswa Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan,
Universitas Esa Unggul Jakarta Barat
Kebon Jeruk, Jakarta 11510

Nadilamaelafitri@gmail.com, Laras@esaunggul.ac.id, Anugrahnovianti@gmail.com

ABSTRACT

Background: Data of anemia prevalence in Indonesia in 2013 showed there were 22.2% of adolescents (≥ 15 years old) affected by anemia. The underlying causes of anemia in teenage girl are a low knowledge and negative attitude towards anemia. Increased knowledge by using media is an efficient effort in preventing anemia. Explosion box as visual media can help teenage girl to understand all about anemia such as causes and prevention of anemia. **Objective:** Knowing the effect of nutrition education with the media explosion box on the knowledge and attitude about anemia in teenage girl in Senior High School 23 Jakarta Barat. **Methods:** This study use a pre-experimental design. The sampling technique used was the proportionate stratified random sampling technique with a sample of 36 people. Data analysis using Wilcoxon Match Pairs. **Results:** The median knowledge score of anemia in teenage girls at pre-test and post-test was 71.43 and 85.71. The median attitude score of anemia in teenage girls at pre-test and post-test was 73.33 and 83.33. The results of the study showed that there was an effect of nutrition education with the media explosion box on the knowledge and attitude of anemia in teenage girl. **Conclusion:** There is the influence of nutrition education with the media explosion box on the knowledge and attitude about anemia in teenage girl.

Keywords: Anemia, attitude, explosion box, knowledge, teenage girl.

ABSTRAK

Latar Belakang: Data prevalensi anemia di Indonesia pada tahun 2013 menunjukkan bahwa terdapat 22,2% remaja (≥ 15 tahun) terkena anemia. Penyebab mendasar terjadinya anemia pada remaja putri adalah pengetahuan gizi yang rendah dan sikap yang bersifat negatif terhadap anemia. Peningkatan pengetahuan dengan menggunakan media pendidikan merupakan upaya yang efisien dalam pencegahan anemia. Media *explosion box* sebagai media visual dapat membantu remaja putri dalam memahami mengenai pengertian, penyebab dan pencegahan mengenai anemia. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pendidikan gizi dengan media *explosion box* terhadap pengetahuan dan sikap mengenai anemia pada remaja putri di SMA Negeri 23 Jakarta Barat. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *proportionate stratified random sampling* dengan sampel yang berjumlah 36 orang. **Analisis data** menggunakan *Wilcoxon Match Pairs*. **Hasil:** Median skor pengetahuan anemia pada remaja saat *pre-test* dan *post-test* berturut-turut adalah 71,43 dan 85,71. Median skor sikap anemia saat *pre-test* dan *post-test* berturut-turut adalah 73,33 dan 83,33. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pendidikan gizi dengan media *explosion box* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia ($p \leq 0.05$). **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh pendidikan gizi dengan media *explosion box* terhadap pengetahuan dan sikap mengenai anemia pada remaja putri. **Saran:** Pada peneliti selanjutnya perlu diadakannya penelitian dengan menggunakan media *explosion box* terkait kesehatan khususnya di bidang gizi. Seperti tentang gizi seimbang, pentingnya konsumsi buah dan sayur, dan sebagainya terkait gizi.

Kata Kunci: Anemia, *explosion box*, pengetahuan, remaja putri, sikap.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi mikro yang banyak terjadi diseluruh dunia terutama pada negara berkembang yang diperkirakan terjadi 30% populasi penduduk dunia. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja dan ibu hamil. Remaja putri berisiko terkena anemia sepuluh kali lipat dibandingkan dengan remaja putra (Hasyim, 2018). Menurut WHO tahun 2011 prevalensi anemia tertinggi yaitu pada remaja putri usia 12-15 tahun di Asia Tenggara dan prevalensinya mencapai lebih dari 25% remaja putri. Bahkan WHO menyebutkan bahwa prevalensi anemia pada beberapa Negara di Asia Tenggara mencapai 50%. Prevalensi anemia di Indonesia pada sampai saat ini masih cukup tinggi yaitu 22,2% pada remaja (≥ 15 tahun) (Kemenkes RI, 2013). Penelitian yang dilakukan pada siswi SMA di Jakarta menunjukkan 40% remaja putri mengalami anemia (Handayani, 2014).

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami anemia. Padahal mereka merupakan generasi masa depan bangsa yang akan menentukan generasi berikutnya. Gerakan 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan) mendukung upaya perbaikan gizi untuk meningkatkan mutu sumber daya manusia generasi mendatang. Remaja putri tidak secara langsung disebutkan dalam 1000 HPK, namun status gizi remaja putri atau kelompok pranikah memiliki kontribusi pada kesehatan dan keselamatan kehamilan dan kelahiran apabila remaja putri kelak menjadi ibu (Bappenas, 2012).

Upaya penurunan tingkat prevalensi anemia yaitu dengan melakukan tindakan pencegahan yaitu dengan mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, fortifikasi makanan dengan zat besi dan pemberian TTD (Tablet Tambah Darah) pada remaja (Kemenkes RI, 2015). Faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri adalah perilaku konsumsi zat besi yang rendah dan infeksi (sebab langsung), aktivitas fisik yang tinggi serta rendahnya perhatian keluarga (sebab tidak langsung) dan rendahnya pengetahuan, sosial ekonomi, serta pendapatan keluarga (sebab mendasar) (Junadi, 1995).

Salah satu sebab mendasar terjadinya anemia pada remaja putri adalah pengetahuan gizi yang rendah dan sikap mengenai anemia dan pencegahannya yang bersifat negatif. Penelitian Fauzi

(2012) yang dilakukan dengan wawancara mendalam *Focus Group Discussion* mengenai pengetahuan gizi remaja di wilayah Jakarta menghasilkan bahwa pengetahuan remaja masih rendah terkait dengan konsumsi asupan zat besi dan akibatnya. Selain itu terdapat 58% sikap mengenai pencegahan anemia pada remaja masih dikategorikan kurang.

Menurut teori *Rosenberg* yang dikenal dengan teori *Affective Cognitive Consistency* menyebutkan bahwa perubahan atau pembentukan sikap dapat melalui komponen kognitif dan komponen afektif. Melalui komponen kognitif yaitu dengan cara memberikan pengetahuan, pendapat, sikap ataupun hal-hal lain, sehingga dengan materi tersebut dapat mengubah komponen afektif dan pada akhirnya sikap dan pengetahuan dapat berubah (Nurrohimah, 2017).

Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan terkait anemia pada remaja diperlukan suatu pendekatan yang strategis untuk mendapatkan hasil yang efektif dan efisien yaitu dengan menggunakan media atau alat bantu pendidikan. Media visual dapat digunakan sebagai media pendidikan gizi. Berdasarkan penelitian media visual terbukti dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat (Anjelisa, 2009). Untuk remaja putri usia 12 tahun keatas media yang cocok adalah media dalam bentuk visual. Selain dari harganya yang lebih ekonomis dan lebih terjangkau dibandingkan dengan media audio-visual yang membutuhkan teknologi canggih dalam penggunaannya (Rohim, 2016).

Explosion box merupakan sebuah media visual yang dapat diberikan kepada remaja. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Afuarita (2015) menyebutkan bahwa siswa yang diberikan media tersebut memiliki nilai rata-rata lebih tinggi dibandingkan siswa yang tidak diberikan media dan sehingga media tersebut lebih efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

Berdasarkan permasalahan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pendidikan gizi dengan media *explosion box* terhadap pengetahuan dan sikap anemia pada remaja putri di SMA Negeri 23 Jakarta Barat.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *explosion box* terhadap

pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah pre-eksperimental. Rancangan ini, tidak menggunakan kelompok kontrol. *Pre-test* dan *post-test* dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya perubahan pengetahuan dan sikap pada peserta yang diintervensi. *Pre-test* dilakukan sebelum intervensi sedangkan *post-test* dilakukan setelah intervensi. *Post-test* dilakukan 7 hari setelah responden diberikan media *explosion box* dan dilakukan sebanyak 1 kali. Penelitian ini dilakukan di SMAN 23 Jakarta Barat yang dilaksanakan pada bulan Januari - Februari 2019. Populasi penelitian ini adalah siswa putri kelas XI di SMAN 23 Jakarta Barat yang berjumlah 123 orang. Agar semua kelas dapat terwakili, maka sampel diambil dari masing-masing kelas dengan proporsi yang sama, maka teknik sampling yang digunakan adalah *stratified random sampling* (Nazir, 2013). Dari populasi tersebut didapatkan sejumlah 36 orang siswa putri yang dijadikan sebagai sampel penelitian. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah berusia ≥ 15 tahun, perempuan dan bersedia mengikuti prosedur penelitian dari awal sampai akhir penelitian.

Data yang diambil dalam penelitian ini adalah data primer yang diukur secara langsung oleh peneliti dan data sekunder yang didapatkan dari pihak sekolah. Data primer tersebut meliputi pengetahuan dan sikap responden mengenai anemia pada remaja putri yang diukur dengan *pre-test* dan *post-test*. Data sekunder yang diambil oleh peneliti adalah gambaran umum SMAN 23 Jakarta Barat. Pengukuran pengetahuan dan sikap mengenai anemia pada remaja putri diukur dengan kuesioner yang berisikan pernyataan-pernyataan mengenai anemia pada remaja yang dapat mengukur pengetahuan dan sikap yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya sehingga kuesioner tersebut layak untuk digunakan sebagai instrumen pengukuran pada penelitian ini (Sugiyono, 2013). Analisis data pada penelitian ini pada analisis univariat menggunakan mean apabila data berdistribusi normal atau menggunakan median apabila data berdistribusi tidak normal. Selain itu pada analisis bivariat apabila data berdistribusi normal maka menggunakan uji *paired t-test* sedangkan apabila

data berdistribusi tidak normal maka uji yang digunakan adalah uji *Wilcoxon match pairs*.

HASIL

Gambaran umum

SMAN 23 Jakarta Barat memiliki 19 kelas dimana setiap tingkat terdiri dari 6 sampai 7 kelas. Fasilitas sekolah yang dimiliki SMAN 23 Jakarta Barat selain ruang kelas untuk belajar juga terdapat ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang tata usaha, perpustakaan, laboratorium, lapangan olahraga, mushala dan sebagainya. Jumlah siswa kelas XI yang terdapat di SMAN 23 Jakarta Barat adalah sebanyak 212 siswa, dengan jumlah siswa laki-laki sebanyak 89 siswa dan siswa perempuan sebanyak 123 siswa. Siswa kelas XI terbagi kedalam 6 kelas yaitu kelas XI MIPA 1, XI MIPA 2, XI MIPA 3 XI IPS 1, XI IPS 2 dan XI IPS 3.

Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia

Hasil pengetahuan remaja putri tentang anemia menunjukkan bahwa median pengetahuan remaja sebelum diberikan intervensi dengan media *explosion box* adalah sebesar $71,43 \pm 1,80$ sedangkan pengetahuan remaja putri setelah diberikan intervensi dengan bantuan media *explosion box* median pengetahuan remaja putri adalah sebesar $85,71 \pm 1,22$. Pada saat sebelum diberikan media *explosion box*, masih terdapat siswa yang mendapatkan nilai yang dapat dikategorikan rendah yaitu 42,86. Pada saat sudah diberikan intervensi dengan media *explosion box*, didapat bahwa nilai terendah adalah sebesar 64 yang dapat dikategorikan cukup. Dari data yang disajikan pada tabel 1 dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan median skor pengetahuan dari sebelum diberikan media *explosion box* dan setelah diberikan media *explosion box*.

Berdasarkan hasil pengamatan sebelum diberikan media *explosion box*, pengetahuan remaja putri terendah pada pertanyaan mengenai tanda dan gejala anemia serta penggunaan tablet tambah darah pada remaja putri yang sedang menstruasi. Pada saat *pre-test* hanya terdapat 41,67% responden yang dapat menjawab pertanyaan mengenai tanda dan gejala anemia serta penggunaan tablet tambah darah pada saat menstruasi. Namun saat setelah diberikan intervensi dengan media *explosion box* terdapat peningkatan persentase responden yang dapat menjawab pertanyaan mengenai tanda dan gejala anemia serta penggunaan tablet tambah darah saat

menstruasi. Pada saat *post-test* persentasenya meningkat masing-masing yaitu 52,78% dan 69,44%.

Sikap Remaja Putri tentang Anemia

Berdasarkan hasil uji statistik yang ditunjukkan pada tabel 3 dapat diketahui bahwa median skor sikap pada saat sebelum dilakukan intervensi dengan media *explosion box* pada remaja putri adalah $73,33 \pm 2,42$. Skor tertinggi yang didapatkan oleh remaja putri pada saat sebelum dilakukan intervensi pendidikan gizi dengan media *explosion box* adalah 93,33 sedangkan skor terendah yang didapatkan oleh remaja putri pada saat sebelum diberikan intervensi pendidikan gizi dengan media *explosion box* adalah 33,33. Setelah diberikan intervensi pendidikan gizi dengan media *explosion box* mengenai anemia, terdapat hasil yang berbeda dengan hasil sebelum diberikan intervensi pendidikan gizi dengan media *explosion box*. Nilai median yang didapat pada saat setelah (*post-test*) intervensi pendidikan gizi adalah $83,33 \pm 2,44$. Skor sikap mengenai anemia pada remaja putri yang tertinggi adalah

100 dan skor sikap terendah yang didapatkan oleh remaja putri adalah 46,67.

Dari hasil yang disajikan pada tabel 4 dapat dilihat bahwa saat *pre-test* sikap terdapat 63,89% remaja putri yang bersikap negatif mengenai konsumsi sayuran, begitu juga dengan hasil *post-test* sikap mengenai anemia. Pada hasil *post-test* sikap terdapat 61,11% remaja putri yang masih bersikap negatif mengenai konsumsi sayuran. Namun, terdapat penurunan jumlah remaja putri dari *pre-test* ke *post-test* yang bersikap negatif mengenai konsumsi sayuran. Selain itu, dari tabel 4.4 dapat dilihat bahwa sebanyak 97,22% remaja putri saat *pre-test* meyakini bahwa konsumsi makanan dalam jumlah yang cukup dan konsumsi makanan sumber zat besi merupakan hal yang penting bagi remaja putri untuk pertumbuhan dan aktivitas fisik. Hal ini menunjukkan bahwa sebanyak 97,22% remaja putri bersikap positif mengenai pentingnya konsumsi makanan dalam jumlah yang cukup dan konsumsi makanan bersumber zat besi untuk memenuhi kebutuhannya dalam proses pertumbuhan dan aktivitas fisik.

Tabel 1
Pengetahuan tentang Anemia (*pre-test* dan *post-test*)

Indikator	Pengetahuan tentang Anemia	
	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>
Mean	69,84	87,50
Median	71,43	85,71
Standar Deviasi	10,81	7,32
Standar Error	1,80	1,22
Minimum	42,86	64
Maksimum	85,71	100

Tabel 2
Distribusi Jawaban dan Skor Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Intervensi Pendidikan Gizi dengan Media *Explosion Box*

Pernyataan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>					
	Benar	Salah	Benar	Salah				
	n	%	n	%				
1. Anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar hemoglobin yang lebih rendah dari normal	34	94.44	2	5.56	36	100.00	0	0.00
2. Kelopak mata, bibir, lidah, kulit, kuku dan telapak tangan nampak pucat bukan merupakan salah satu tanda dari anemia	15	41.67	21	58.33	19	52.78	17	47.22

Pernyataan	Pre-test				Post-test			
	Benar		Salah		Benar		Salah	
	n	%	n	%	n	%	n	%
3. Kehilangan darah pada saat menstruasi bukan merupakan salah satu penyebab anemia	19	52.78	17	47.22	27	75.00	9	25.00
4. Kekurangan zat besi merupakan penyebab utama anemia gizi besi dibandingkan kekurangan zat gizi lain	28	77.78	8	22.22	32	88.89	4	11.11
5. Penyakit malaria tidak dapat menyebabkan anemia	18	50.00	18	50.00	30	83.33	6	16.67
6. Salah satu faktor utama yang menyebabkan anemia gizi besi adalah rusaknya sel darah merah	25	69.44	11	30.56	34	94.44	2	5.56
7. Anemia pada remaja menyebabkan penurunan daya tahan tubuh	34	94.44	2	5.56	36	100.00	0	0.00
8. Anemia tidak berpengaruh terhadap prestasi belajar	30	83.33	6	16.67	36	100.00	0	0.00
9. Penyakit anemia tidak dapat dicegah atau ditanggulangi	30	83.33	6	16.67	36	100.00	0	0.00
10. Anemia tidak hanya diobati dengan makanan sumber zat besi	21	58.33	15	41.67	32	88.89	4	11.11
11. Daging dan hati merupakan sumber zat besi	31	86.11	5	13.89	36	100.00	0	0.00
12. Vitamin C tidak diperlukan untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh	26	72.22	10	27.78	29	80.56	7	19.44
13. Remaja yang sedang menstruasi sebaiknya tidak diberikan tablet tambah darah	15	41.67	21	58.33	25	69.44	11	30.56
14. Meminum kopi setelah makan lauk hewani dapat membantu meningkatkan penyerapan zat besi	26	72.22	10	27.78	33	91.67	3	8.33

Tabel 3
Sikap tentang Anemia (*pre-test* dan *post-test*)

Indikator	Sikap tentang Anemia	
	Pre-Test	Post-Test
Mean	71,11	78,33
Median	73,33	83,33
Standar Deviasi	14,51	14,63
Standar Error	2,42	2,44
Minimum	33,33	46,67
Maksimum	93,33	100

Tabel 4
Distribusi Jawaban dan Skor Sikap Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Intervensi Pendidikan Gizi dengan Media
Explosion Box

Pernyataan	Pre-test				Post-test			
	Respon							
	Favourable		Unfavourable		Favourable		Unfavourable	
	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Makan saya kurang nikmat kalau ada sayur	13	36.11	23	63.89	14	38.89	22	61.11
2. Saya tidak suka makanan dari sayur	22	61.11	14	38.89	27	75.00	9	25.00
3. Saya berusaha untuk makan buah setiap hari	30	83.33	6	16.67	32	88.89	4	11.11
4. Saya yakin makanan sumber zat besi dibutuhkan untuk remaja	35	97.22	1	2.78	36	100.00	0	0.00
5. Nasi dan sayur saja cukup untuk memenuhi kebutuhan remaja	27	75.00	9	25.00	31	86.11	5	13.89
6. Makanan aman dikonsumsi apabila bebas dari bakteri saja	24	66.67	12	33.33	30	83.33	6	16.67
7. Remaja membutuhkan makanan yang cukup untuk pertumbuhan dan aktivitas fisik	35	97.22	1	2.78	36	100.00	0	0.00
8. Saya yakin keadaan ibu hamil ditentukan oleh keadaan gizi saat remaja	20	55.56	16	44.44	28	77.78	8	22.22
9. Saya tidak suka sarapan	21	58.33	15	41.67	23	63.89	13	36.11
10. Setiap hari jika ada kesempatan saya akan sarapan	25	69.44	11	30.56	24	66.67	12	33.33
11. Saya lebih memilih minum teh setelah makan dibandingkan minum air mineral	24	66.67	12	33.33	25	69.44	11	30.56
12. Saya hanya minum air mineral saat haus saja	17	47.22	19	52.78	22	61.11	14	38.89
13. Saya senang mengonsumsi makanan sumber protein hewani seperti daging dan hati ayam	27	75.00	9	25.00	31	86.11	5	13.89
14. Jika saya menemukan gejala anemia maka diamkan saja	30	83.33	6	16.67	32	88.89	4	11.11

Pernyataan	Pre-test				Post-test			
	Respon							
	Favourable		Unfavourable		Favourable		Unfavourable	
	n	%	n	%	n	%	n	%
15. Saya tidak perlu cuci tangan sebelum dan sesudah makan	33	91,67	3	8,33	33	91,67	3	8,33

Pengaruh rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dengan media *explosion box*

Perbedaan median skor pengetahuan pada kelompok remaja putri yang diberikan media *explosion box* sebagai media intervensi mengenai anemia pada saat *pre-test* dan *post-test* adalah sebesar 14,28 poin. Pada tabel 5 dapat dilihat bahwa pengetahuan pada kelompok remaja putri sebelum diberikan intervensi dengan media *explosion box* dan sesudah diberikan intervensi dengan media *explosion box* diperoleh hasil perhitungan statistik dengan nilai *P value* sebesar 0,0001 yang artinya pada derajat kepercayaan 95% terdapat perbedaan yang bermakna pada skor pengetahuan antara *pre-test* dan *post-test*.

Pengaruh Rata-rata Skor Sikap Sebelum dan Sesudah Intervensi dengan Media *Explosion Box*

Pada tabel 6 dapat dilihat skor median sikap remaja putri baik sebelum diberikan intervensi

pendidikan gizi dengan media *explosion box* dan sesudah diberikan intervensi pendidikan gizi dengan media *explosion box*. Dari tabel tersebut terlihat adanya peningkatan skor pada saat *post-test* sikap mengenai anemia pada remaja putri. Perbedaan median skor sikap pada kelompok remaja putri yang diberikan media *explosion box* sebagai media intervensi mengenai anemia pada saat *pre-test* dan *post-test* adalah sebesar 10 poin. Sikap remaja putri sebelum diberikan intervensi dengan media *explosion box* dan sesudah diberikan media *explosion box* diperoleh hasil perhitungan statistik dengan nilai *P value* sebesar 0,0001 yang artinya pada derajat kepercayaan 95% terdapat perbedaan yang bermakna pada skor sikap antara *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 5
Analisis Pengaruh Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Remaja dengan Media *Explosion Box*

Media <i>Explosion Box</i>	Median ± SE	<i>P value</i>
<i>Pre Test</i>	71,43 ± 1,80	0,0001*
<i>Post Test</i>	85,71 ± 1,22	

*terdapat pengaruh yang signifikan ($p \leq 0.05$)

Tabel 6
Analisis Pengaruh Skor Sikap Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Remaja dengan Media *Explosion Box*

Media <i>Explosion Box</i>	Median ± SE	<i>P value</i>
<i>Pre Test</i>	73,33 ± 2,42	0,0001*
<i>Post Test</i>	83,33 ± 2,44	

*terdapat pengaruh yang signifikan ($p \leq 0.05$)

BAHASAN

Pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi

Dari hasil yang didapatkan diketahui bahwa rata-rata skor pengetahuan remaja putri saat *pre-test* adalah sebesar 69,84. Arikunto (2013) menyebutkan bahwa pengkategorian nilai dibagi menjadi 3 yaitu, baik (76-100%), cukup (56-75%) dan kurang (<56%). Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri saat *pre-test* masih dalam kategori cukup. Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa saat *pre-test* pertanyaan yang paling banyak dijawab dengan tidak tepat adalah mengenai tanda-tanda anemia pada remaja serta penggunaan tablet tambah darah pada remaja putri saat menstruasi. Masih terdapat sebanyak 58,33% remaja putri tidak memahami tanda-tanda anemia dan penggunaan tablet tambah darah pada remaja putri saat menstruasi.

Rendahnya pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Salah satunya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Nurrohimah (2017) pada siswi remaja putri di sekolah menengah kejuruan menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan remaja putri mengenai anemia sebelum dilakukan intervensi adalah sebesar 5,77. Pada penelitian lain juga disebutkan bahwa rata-rata pengetahuan remaja putri mengenai anemia di Surakarta adalah 63,73 yang dikategorikan cukup rendah (Cahyono, 2015).

Rendahnya pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri saat *pre-test* dapat disebabkan karena beberapa faktor diantaranya adalah siswa belum mendapatkan intervensi berupa media mengenai masalah anemia pada remaja putri dan kurangnya sosialisasi pada remaja putri terkait anemia pada remaja. Oleh sebab itu, maka perlu adanya pendidikan gizi berupa media pada remaja putri untuk menjelaskan mengenai anemia pada remaja putri (Alabi, 2014).

Berdasarkan hasil *post-test* pengetahuan didapatkan rata-rata skor pengetahuan sebesar 87,50 yang dikategorikan baik. Sehingga dapat disimpulkan adanya peningkatan skor pengetahuan pada remaja putri mengenai anemia pada remaja putri. Pada tabel 4.2 dilihat bahwa skor pengetahuan saat *post-test* mengalami peningkatan skor dibandingkan pada saat *pre-test* pengetahuan.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi praktik gizi seseorang. Apabila pengetahuan dan pendidikan seseorang rendah maka praktik seseorang terkait gizi juga dikategorikan rendah. Berdasarkan penelitian Nurrohimah (2017) ada

peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri setelah diberikan intervensi terkait anemia dengan media booklet. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pemberian media saat intervensi pendidikan gizi berperan dalam peningkatan pengetahuan seseorang. Seperti yang disebutkan oleh Sartika (2012) penyuluhan dengan bantuan media merupakan suatu pendekatan yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi sehingga yang diberikan dapat diterima dan dipahami oleh peserta penyuluhan.

Sikap sebelum dan sesudah intervensi

Sikap mengenai anemia pada remaja putri merupakan respon evaluatif remaja putri terhadap pengalaman kognisi, afeksi, dan konasi terhadap anemia. Menurut Newcomb dalam Notoatmodjo (2007) sikap merupakan kesiapan seseorang dalam bertindak. Dengan kata lain, sikap akan mendorong terjadinya perubahan tingkah laku seseorang (Mahmud, 2013).

Berdasarkan hasil *pre-test* sikap yang dilakukan pada remaja putri diketahui bahwa rata-rata skor *pre-test* sikap anemia pada kelompok remaja putri adalah 71,11. Sedangkan rata-rata hasil *post-test* sikap mengenai anemia pada kelompok remaja putri adalah 78,33. Berdasarkan hasil tersebut terdapat peningkatan skor sikap anemia pada remaja putri setelah diberikan intervensi dengan media *explosion box* sebanyak 7,22 poin.

Pada penelitian lain yang dilakukan oleh (Djoko, 2017) menyebutkan bahwa terdapat perbedaan sikap remaja putri sebelum dan sesudah diberikan media booklet terkait kebersihan dalam menstruasi ini dibuktikan dengan nilai Z sebesar -3,897 dan $p=0,0001$.

Perubahan sikap dipengaruhi oleh berbagai macam faktor salah satunya adalah pendidikan atau edukasi. Edukasi merupakan suatu alat untuk menghasilkan perubahan pada diri manusia, karena melalui pendidikan manusia akan dapat mengetahui segala sesuatu yang tidak atau belum diketahui sebelumnya. Media juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang. Media bermanfaat menimbulkan minat sasaran, merangsang sasaran untuk meneruskan pesan pada orang lain dan memudahkan dalam menyampaikan informasi (Ma'munah, 2015).

Menurut teori *reinforcement* sikap merupakan hasil dari perubahan opini (pendapat) komunikasi dan perubahan itu dihasilkan melalui penguatan perhatian (*attention*), kelengkapan (*comprehension*) dan keberterimaan (*acceptance*). Peningkatan sikap juga dikarenakan oleh peningkatan pengetahuan. Peningkatan

pengetahuan dan sikap diperoleh dari proses belajar dengan memanfaatkan indera dimana 13% dari pengetahuan diperoleh dari indera pendengaran dan 35-55% melalui indera penglihatan (Bertalina, 2016). Media *explosion box* memberikan informasi tentang anemia pada remaja. Dengan adanya informasi ini selain dapat meningkatkan pengetahuan juga dapat mempengaruhi perubahan sikap menjadi lebih baik.

Pengaruh kenaikan skor pengetahuan dan sikap

Penelitian dilakukan dengan memberikan penyuluhan mengenai anemia pada remaja putri dengan menggunakan media pendidikan gizi. Media yang digunakan adalah media *explosion box*. Berdasarkan hasil yang didapat diketahui bahwa hasil statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan ($p=0,0001$) terhadap pengetahuan remaja putri mengenai anemia dari sebelum diberikan intervensi dan sesudah diberikan intervensi. Pengetahuan seseorang didapat melalui hasil penginderaan seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya yaitu indera pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata) (Kawuriansari, 2010).

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Zulaekah (2012) dijelaskan ada perbedaan bermakna pengetahuan gizi pada responden yang mengalami anemia sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan media booklet ($p=0,0001$). Selain itu terdapat hasil yang serupa juga terhadap penelitian yang dilakukan oleh Widyatuti (2013) terdapat perbedaan yang signifikan ($p=0,01$) terhadap pengetahuan ibu mengenai penatalaksanaan balita diare setelah diberikan intervensi dengan media penyuluhan kesehatan. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan ($p=0,0001$) terhadap pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri dari sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pendidikan gizi dengan media *explosion box*.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah mendapatkan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan yang dimaksud disini adalah seperti penglihatan, raba, rasa, penciuman dan pendengaran. Pengetahuan manusia sebagian besar didapatkan dari penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk sikap dan tindakan seseorang (Nasution, 2010). Sikap merupakan bentuk dari perilaku seseorang yang masih tertutup dan ini menggambarkan kesiapan untuk melakukan suatu tindakan. Salah satu strategi untuk memperoleh perubahan pengetahuan dan perilaku. Dengan pemberian informasi untuk meningkatkan

pengetahuan dan sikap sehingga dapat menimbulkan kesadaran yang pada akhirnya orang tersebut akan berperilaku sesuai dengan pengetahuannya. Salah satu upaya pemberian informasi itu ialah dengan menggunakan media pendidikan.

Media pendidikan berfungsi untuk mengerahkan indera sebanyak mungkin kepada suatu objek sehingga mempermudah persepsi dan media juga merupakan alat bantu fisik yang digunakan dalam proses pembelajaran untuk memudahkan siswa dalam memperoleh pengetahuan, keterampilan maupun sikap (Notoatmodjo, 2007).

Sikap merupakan kecenderungan yang relatif stabil yang dimiliki oleh seseorang dalam bereaksi baik negatif ataupun reaksi positif terhadap suatu kondisi disekitarnya (Kartikasari, 2010). Berdasarkan penelitian terdapat perbedaan yang signifikan pada sikap remaja putri sebelum dan sesudah diintervensi dengan media *explosion box* mengenai anemia ($p=0,0001$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh intervensi dengan media *explosion box* terhadap perubahan sikap remaja putri mengenai anemia.

Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap sikap remaja mengenai penyakit seksual menular setelah diberikan penyuluhan dengan bantuan media kesehatan ($p=0,044$) (Fatmawati, 2010). Selain itu pada penelitian mengenai pengaruh media promosi kesehatan (leaflet) dalam perubahan sikap ibu hamil tentang ASI (Air Susu Ibu) dan IMD (Inisiasi Menyusu Dini) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan sikap ibu hamil sebelum dan sesudah diintervensi sehingga media (leaflet) efektif untuk digunakan dalam peningkatan skor sikap ibu hamil ($p=0,0001$) (Nasution, 2010).

Kenaikan skor skor pada pengetahuan dan sikap dengan media *explosion box* (visual) disebabkan karena bentuknya yang menarik siswa untuk menggunakan media tersebut untuk mendapatkan informasi mengenai anemia. Penelitian dengan menggunakan media visual dalam komunikasi digunakan untuk menilai pengetahuan atau menerima informasi, persepsi, sikap dan selanjutnya mencakup desain media informasi yang diberikan sebagai stimulus yang ikut berperan dalam mempengaruhi persepsi. Selain itu, informasi yang memuat informasi visual lebih banyak akan menghasilkan pengetahuan dan sikap yang lebih baik dalam pemahaman informasi karena visual akan memudahkan kemampuan mengingat kembali

dan berpengaruh pada peningkatan sikap terhadap suatu objek (Nasution, 2017).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Terdapat pengaruh penelitian pendidikan gizi dengan media *explosion box* terhadap pengetahuan dan sikap mengenai anemia pada remaja putri.

Saran

Bagi sekolah diharapkan informasi dari media tersebut tetap dapat dibagikan kepada siswa dengan bekerjasama dengan pihak tenaga pengajar ataupun dengan pihak organisasi kesehatan disekolah seperti PMR (Palang Merah Remaja) untuk menyampaikan pesan-pesan yang terdapat didalam media sehingga dapat mempertahankan memori jangka panjang dan menerapkan informasi yang terdapat dalam media di lingkungan sekolah, sehingga seiring berjalannya waktu dapat merubah perilaku siswa agar dapat mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang dan salah satunya dengan mengonsumsi makanan yang bersumber dari zat besi sehingga terhindar dari anemia. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan adanya pengembangan media *explosion box* terkait dengan bidang kesehatan khususnya dibidang gizi dengan pembahasan terkait gizi yang lainnya. Seperti tentang gizi seimbang, pentingnya konsumsi buah dan sayur, dan sebagainya yang berkaitan dengan gizi.

RUJUKAN

1. Hasyim, N. A, Mutalazimah, & Muwakhidah. (2018). Pengetahuan Risiko, Perilaku Pencegahan Anemia dan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri. *Media Publikasi Penelitian*, volume 15; No.2.
2. WHO. (2011). *Haemoglobin Concentrations for the Diagnosis of Anemia and Assessment of Severity*. Geneva: WHO.
3. Kemenkes RI. (2013). *Hasil Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
4. Handayani, W. P., Novayelinda, R., & Jumaini. (2014). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *JOM Vol. 2 No. 1*, 745-749.
5. Bappenas. (2012). *Kerangka Kebijakan: Gerakan Sadar Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK)*. Jakarta: Badan Perencanaan dan Pengembangan Nasional.
6. Nurrohimah, N. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Booklet Anemia Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Mencegah Anemia di SMK Ma'aruf NU Ciamis. *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*.
7. Rohim, A. N., Zulaekah, S., & Kusumawati, Y. (2016). Perbedaan Pengetahuan ANemia pada Remaja Putri Setelah Diberi Pendidikan dengan Metode Ceramah Tanpa Media dan Ceramah dengan Media Buku Cerita. *Jurnal Kesehatan Vol. 1, No. 2*, 60-71.
8. Afuarita, D., Sudjarwo, & Trisnaningih. (2015). Media Picture In The Box untuk Meningkatkan Hasil Belajar pada Pembelajaran IPS. *Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung*, 1-13.
9. Nazir. (2013). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
10. Sugiyono. (2013). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
11. Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
12. Cahyono, S. B. (2015). Peningkatan Pengetahuan Siswi tentang Anemia Setelah Mendapatkan Pendidikan Gizi dengan Media Video Animasi. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 4-12.13.
13. Alabi. (2014). A Game Based Learning Approach to Improving Students Achievements i Education. *Journal of Education Research and Behavioral Sciences*, vol 3, No. 5, PP. 122-125.
14. Alabi. (2014). A Game Based Learning Approach to Improving Students Achievements i Education. *Journal of Education Research and Behavioral Sciences*, vol 3, No. 5, PP. 122-125.
15. Sartika. (2012). Penerapan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi Gizi Terhadap Perilaku Sarapan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Vol. 7 No.2*, 76-80.
16. Notoatmodjo. (2007). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
17. Mahmud. (2013). Kempen Pencegahan Kajian Tentang Pengetahuan, Sikap dan Amalan Penduduk di Timur Laut Pulau Pinang. *Malaysian Journal of Communication*, 131.
18. Djoko. (2017). Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Terkait Kebersihan dalam Menstruasi di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan II Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol. 5, No.4*, 274-281.
19. Ma'munah, M. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Booklet Terhadap Pengetahuan Nutrisi Ibu Laktasi di Wilayah Kerja Puskesmas Ciputat TImur. *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*.

19. Bertalina. (2016). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Rajabasa Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan*.
20. Kawuriansari, R. (2010). studi Efektivitas Leaflet Terhadap Skor Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenorea di SMP Kristen 01 Purwokerto Kabupaten Banyumas. *Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol.1 No.1* , 108-122.
21. Zulaekah, S. (2012). Pendidikan Gizi dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 127-133.
22. Widyatuti. (2013). Efektifitas Audiovisual Sebagai Media Penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Tatalaksana Balita dengan Diare di Dua Rumah Sakit Kota Malang. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 53-60.
23. Nasution, N. A. (2010). Efektivitas Media Promosi Kesehatan (Leaflet) dalam Perubahan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dan ASI Eksklusif di Kecamatan Padangsidempuan Selatan Kota Padangsidempuan. *Universitas Sumatera Utara*.
24. Kartikasari, N. D. (2010). Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia dengan Keteraturan Mengonsumsi Fe pada Ibu Hamil di BPS Sri Lumintu Surakarta. *Universitas Sebelas Maret Surakarta*.
25. Fatmawati, A. (2010). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Penyakit Menular Seksual Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Siswa SMAN 8 Surakarta. *Skripsi Thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
26. Nasution, S. (2017). Pengaruh Pesan Visual Manga dan Infografis Terhadap Pemahaman Informasi Persepsi dan Sikap Sismatik di Kabupaten Bogor. *Institut Pertanian Bogor*.

