



## PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP MENGENAI ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

### THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION ON KNOWLEDGE AND ATTITUDE ABOUT ANEMIA IN ADOLESCENT

Rizqi Widyantori Hasanah Putra, J Supadi, Wiwik Wijaningsih  
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Semarang  
Email : [rizqitheblack@gmail.com](mailto:rizqitheblack@gmail.com)

#### ABSTRACT

**Background** : The main nutritional problem that many teenagers experience is Anemia. The World Health Organization (WHO) predicts about 27% of female adolescents in developing countries suffer from anemia. anemia in adolescents can be caused by several things such as teenagers' knowledge and attitudes to anemia. The provision of nutritional education is expected to increase student knowledge and attitudes about nutrition in anemia, especially for female students.

**Objective** : The aims to Knowing effect of Providing Nutrition Education on Knowledge and Attitudes Regarding Anemia in students SMP N 31 Semarang.

**Method** : This study uses the True Experiment method design with a mixture of pre test post test control group design. The sample consisted of 27 treatment groups and 27 control groups. The data collected were data on knowledge and attitudes regarding anemia nutrition. The data explorer uses a questionnaire that was filled in by the respondent himself. Data analysis using Man Whitney test, Independent T Test and Anova Repeater measure.

**Result** : There was an effect of providing nutrition education on female students 'knowledge of anemia ( $p = 0,000$ ) and there was an influence on the provision of nutrition education on female students' attitudes about anemia ( $p = 0,000$ ).

**Conclusion** : The provision of nutritional education affects the knowledge and attitudes about anemia in Semarang City 31 Junior High School Students.

**Keywords** : Nutrition Education; Anemia; Knowledge; Attitude

#### Pendahuluan

Remaja merupakan transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai sejumlah perubahan. Masalah gizi utama yang juga banyak dialami oleh remaja adalah Anemia.<sup>1</sup> Anemia adalah keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam sel darah merah berada di bawah normal.<sup>2</sup> Penyebab utama anemia gizi besi pada Remaja adalah kurang memadainya asupan makanan sumber *Fe*, perdarahan patologis akibat penyakit malaria atau infeksi parasit seperti cacingan, Penyebab lainnya dari anemia defisiensi besi adalah dikarenakan asupan dan serapan zat besi yang tidak adekuat, pengetahuan yang kurang tentang anemia dan sikap yang tidak mendukung.<sup>3</sup>

Prevalensi anemia menurut *World Health Organization* (WHO) memprediksi sekitar 27% remaja puteri di negara berkembang menderita

anemia.<sup>4</sup> Berdasarkan hasil Riskeddas tahun 2013 di Indonesia, persentase anemia pada perempuan sebesar 23,8% dan laki-laki 18,4%.<sup>5</sup> Pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri. Kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda-tanda, dampak dan pencegahannya mengakibatkan remaja putri mengkonsumsi makanan yang kandungan zat besinya sedikit sehingga asupan zat besi yang dibutuhkan remaja putri tidak terpenuhi. Penelitian Akmal menunjukkan remaja putri yang pengetahuan kurang memiliki resiko 2.298 kali untuk terkena anemia dibandingkan dengan remaja putri yang pengetahuannya baik.<sup>3</sup> Sikap adalah merupakan reaksi atau respons seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau obyek . penelitian yang dilakukan Titin (2015) menunjukkan bahwa responden yang mempunyai sikap kurang terdapat 89 (78,8%) mengalami anemia.<sup>6</sup>

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek pemberian pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri anemia di SMP 31 Semarang.

**Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian gizi masyarakat. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian True Eksperimen dengan penelitian model *Pre-test posttest control group design*. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 31 Kota Semarang yang dilakukan selama 1 bulan pada 15 April 2019 – 14 Mei 2019 Random Sampling dengan Perbandingan kelompok sampel dan kelompok kontrol yaitu 1:1 tanpa matching. 7 populasi pada penelitian ini sebanyak 242 siswi yang berusia 12-15 tahun. Jumlah sampel sebanyak 54 orang dengan 27 kelompok perlakuan dan 27 kelompok kontrol.8

Pada awal penelitian kedua kelompok diberikan soal pre test. Setelah itu kelompok perlakuan di berikan edukasi gizi mengenai anemia dan kelompok kontrol tidak di berikan edukasi gizi. Setelah satu minggu kedua kelompok diberikan soal posttest mengenai gizi anemia. Dalam mengukur pengetahuan menggunakan persentase dan sikap menggunakan rata rata mean.9,10 Analisis yang digunakan adalah uji independen T test dan uji regresi linier.

**Hasil**

**Karakteristik Sampel**

Tabel 1. Hasil karakteristik sampel penelitian ditunjukkan pada tabel berikut Karakteristik Sampel Berdasarkan Usia :

Variabel	Kelompok		Total
	Perlakuan n=27	Kontrol n=27	
Usia			
13	15 (55,6%)	16 (59,3%)	31 (57,4%)
14	11 (40,7%)	10 (37,0 %)	22 (38,9%)
15	1 (3,7%)	1 (3,7 %)	2 (3,7%)

Usia Sampel pada penelitian terbanyak pada usia 13 tahun dengan persentase total 57,4% terdiri dari 15 anak perlakuan dan 16 anak kontrol.

**Pengetahuan dan Sikap**

Tabel 2. Hasil pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi mengenai anemia

Kategori	Kelompok					
	perlakuan (n=27)			Kontrol (n=27)		
	n	%	Mean ± SD	n	%	Mean ± SD
Pengetahuan						
Sebelum						
Kurang Baik	27	100%	35,74 ± 12,24	27	100%	40,56 ± 8,294
Baik	0	0%	6	0	0%	6

Sesudah						
Kurang Baik	14	51,9%	76,56 ± 7,572	27	100%	41,08 ± 10,004
Baik	13	48,1%	7,572	0	0%	4
Sikap						
Sebelum						
Kurang Mendukung	14	51,9%	3,07 ± 0,224	11	40,7%	3,09 ± 0,243
Mendukung	13	48,5%		16	59,3%	
Sesudah						
Kurang Mendukung	6	22,2%	3,35 ± 0,255	22	81,5%	3,02 ± 0,262
Mendukung	21	77,8%		5	18,5%	

Berdasarkan tabel di atas didapat 100% siswi memiliki pengetahuan kurang baik sebelum diberi perlakuan. Setelah diberi edukasi gizi 48,1% siswi pengetahuan menjadi baik, dengan peningkatan mean pengetahuan sebesar 41%. Sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami perubahan persentase. Berdasarkan penelitian kelompok yang diberi perlakuan memiliki peningkatan pengetahuan lebih tinggi dari pada kelompok kontrol. Sehingga dapat dikatakan bahwa siswi yang diberikan edukasi gizi mengenai anemia dapat menerima dan memahami materi yang disampaikan.

Berdasarkan tabel di atas didapat sebelum di beri edukasi gizi terdapat 51,9 % siswi memiliki sikap tidak mendukung, setelah di berikan edukasi gizi menjadi 77,8% siswi memiliki sikap mendukung dengan peningkatan skor mean sebesar 0,28 poin.

**Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap mengenai anemia pada siswi SMP Negeri 31 Kota Semarang**

Tabel 3. Perbedaan skor pengetahuan kelompok perlakuan dan kelompok Kontrol

Kategori Pengetahuan	Kelompok		P Value
	Intervensi (n=27)	Kontrol (n=27)	
	Mean ± SD	Mean ± SD	
Pengetahuan			
Sebelum	35,74% ± 12,246	40,56% ± 8,294	0,107
Sesudah	76,56% ± 7,572	41,08% ± 10,004	0,000
Sikap			
Sebelum	3,07 ± 0,224	3,09 ± 0,243	0,720
Sesudah	3,35 ± 0,255	3,02 ± 0,262	0,000

Berdasarkan uji statistik didapati nilai p= 0,000 (p<0,05) yang berarti bahwa pemberian edukasi gizi mengenai anemia berpengaruh terhadap pengetahuan. Berdasarkan uji statistik di dapati p= 0,000 yang

berarti bahwa pemberian edukasi gizi mengenai anemia berpengaruh terhadap sikap siswi.

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang di beri edukasi gizi memiliki peningkatan skor sikap lebih mendukung di banding dengan kelompok yang tidak di berikan edukasi gizi. Dengan adanya edukasi gizi siswa memiliki sudut pandang yang lebih baik mengenai anemia sehingga terjadi perubahan sikap menjadi lebih baik untuk kedepannya.

Berdasarkan analisis statistik menggunakan uji regresi linier didapati Remaja putri yang di beri edukasi gizi mengenai anemia memiliki persen benar 37 poin lebih baik di banding dengan remaja putri yang tidak di berikan edukasi gizi. Sesuai dengan teori Chaire (2010) dan Shweta (2011) edukasi gizi merupakan pendekatan yang edukatif untuk meningkatkan pengetahuan.<sup>16</sup> Hal itu dapat terlihat dari Peningkatan pengetahuan tersebut secara statistik bermakna ( $p < 0,05$ ).

Berdasarkan analisis statistik menggunakan uji regresi linier didapati Peningkatan sikap siswi berdasarkan kategori secara statistik bermakna ( $p < 0,05$ ). Menurut Azwar (2005) faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap salah satunya pendidikan. Sedangkan menurut purwanto (1999) sikap dapat dipelajari serta dapat berubah ubah sesuai dalam keadaan dan syarat tertentu. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa dengan adanya edukasi gizi dapat mengubah sikap menjadi lebih baik.<sup>17</sup>

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan. Adanya peningkatan pengetahuan ini sejalan dengan penelitian Verarica yang menunjukkan bahwa setelah di beri edukasi terjadi peningkatan pengetahuan pada remaja putri.<sup>11</sup> Peningkatan pengetahuan sisiwi dengan di berikan edukasi gizi mengenai anemia terjadi peningkatan skor lebih baik dibanding dengan siswi yang tidak diberikan edukasi gizi, hal ini dapat disebabkan karena siswi yang mendapatkan edukasi gizi mendapatkan tambahan pengetahuan mengenai gizi anemia yang tadinya tidak mengetahui menjadi lebih mengetahui. Selain itu bahasa yang digunakan dalam memberikan edukasi gizi mudah dipahami dengan pesan yang disampaikan secara singkat dan jelas. Menurut Notoatmodjo (2007) pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang ia miliki. Dalam mendapatkan pengetahuan individu harus melalui suatu media dalah satunya dengan berdiskusi.<sup>12</sup>

Peningkatan pengetahuan pada penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Khoirunnisa (2017) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum diberikan edukasi gizi dan sesudah diberikan edukasi gizi antara kelompok perlakuan dan kontrol

( $p=0,001$ ).<sup>13</sup> Hal ini menunjukkan bahwa siswi yang mendapat edukasi gizi mendapatkan pengetahuan tambahan mengenai gizi anemia.

Selain itu penelitian Khodijah (2018) yang menunjukan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum diberikan edukasi gizi dan sesudah diberikan edukasi gizi antara kelompok perlakuan dan kontrol ( $p=0,001$ ).<sup>14</sup> Hal tersebut menunjukan bahwa pemberian edukasi gizi mengenai anemia memiliki pengaruh terhadap tingkat pengetahuan siswi dalam menjawab pertanyaan yang diberikan.

Peningkatan skor sikap siswi dengan di berikan edukasi gizi mengenai anemia terjadi peningkatan skor lebih baik dibanding dengan siswi yang tidak diberikan edukasi gizi, hal ini dapat disebabkan karena siswi yang mendapatkan edukasi gizi mendapatkan tambahan gambaran mengenai gizi anemia yang tadinya tidak mengetahui menjadi lebih mengetahui. Selain itu bahasa yang digunakan dalam memberikan edukasi gizi mudah dipahami dengan pesan yang disampaikan secara singkat dan jelas sehingga sisiwi yang mendapat edukasi gizi lebih memahami mengenai gizi anemia.

Peningkatan skor sikap pada penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Khodijah (2018) yang menunjukan bahwa terdapat perbedaan tingkat sikap sebelum diberikan edukasi gizi dan sesudah diberikan edukasi gizi antara kelompok perlakuan dan kontrol ( $p=0,001$ ).<sup>14</sup> Hal tersebut menunjukan bahwa kelompok perlakuan memiliki peningkatan skor sikap lebih baik di banding dengan kelompok kontrol. Selain itu penelitian sejalan dengan penelitian kusumawati (2019) yang menunjukan bahwa terdapat perbedaan sikap sebelum diberikan edukasi gizi dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan nilai  $p = 0,000$ .<sup>15</sup> Hal tersebut menunjukan bahwa setelah diberi edukasi gizi terdapat peningkatan skor sikap.

## Kesimpulan

Hasil Penelitian menunjukan bahwa pemberian edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putrid yang anemia di SMP N 31 Semarang.

## Daftar Pustaka

1. Indartanti, D. & Kartini, A. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *J. Nutr. Coll.* **3**, 33–39 (2011).
2. Kalsum, U. & Halim, R. Kebiasaan Sarapan Pagi Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di Sma Negeri 8 Muaro Jambi. **18**, (2016).
3. Listiana, A. Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Di Smk Negeri 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah. *J.*

- Kesehat.* **Vii**, 455–469 (2016).
4. Agustina, E. E. & Fridayanti, W. Pendahuluan Penurunan Angka Kematian Ibu ( Aki ) Masih Menjadi Masalah Utama Dalam Sustainable Development Goals ( Sdgs ) 2015-2030 . Anemia Menjadi Salah Satu Faktor Non-Obstetri Aki . Prevalensi Anemia Yang Berbeda Ditemukan Di Berbagai Negara . *World H.* 57–70 (2016).
  5. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Ri. *Riset Kesehatan Dasar Riskesdas 2013*. (2013). Doi:1 Desember 2013
  6. Titin Caturiyantiningtiyas. Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kelas X Dan Xi Sma Negeri 1 Polokarto. **49**, (2015).
  7. Prof.Dr.Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. (Alfabeta, 2008).
  8. Ahmady, Hapzah & Mariana, D. Penyuluhan Gizi Dan Pemberian Tablet Besi Terhadap Pengetahuan Dan Kadar Hemoglobin Siswi Sekolah Menengah Atas Negeri Di Mamuju. *J. Kesehat. Manarang* **2**, (2016).
  9. Arikunto, S. *'Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek'* . Revisi. (Pt. Rineka Cipta, 2010).
  10. Aditian, N. 'Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Gizi Remaja Putri Smp 133 Di Pulau Pramuka Kepulauan Seribu'. (Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Kesehatan Masyarakat Depok, 2009).
  11. Silalahio, V., Aritonang, E. & Ashar, T. Potensi Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Asupan Gizi Pada Remaja Putri Yang Anemia Di Kota Medan. *J. Kesehat. Masy.* **11**, (2016).
  12. Notoatmodjo, S. *Promoso Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. (Rineka Cipta, 2007).
  13. Sefaya, K. Triavi, Nugraheni, S. . & Rahayuni, D. Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Tingkat Kecukupan Gizi Terkait Pencegahan Anemia Remaja. *J. Kesehat. Masy.* **5**, (2017).
  14. Khodijah, Nugraheni, S. A. & Kartini, A. Pengaruh Pendidikan Gizi Metode Peer Educator Pencegahan Anemia Defisiensi Besi Di Kota Semarang. *J. Kesehat. Masy.* **6**, 206–213 (2018).
  15. Kusumawati, E., Rahardjo, S. & Putri, W. A. K. Pendidikan Gizi Peer Educator Dalam Upaya Pencegahan Kejadian Anemia Remaja. *J. Kesehat. Masy. Indones.* 36–44 (2019).
  16. Zulaekah, S. Pendidikan Gizi Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi. *J. Kesehat. Masy.* **8**, 113–120 (2013).
  17. Sihotang, S. D. & Febriany, N. Tentang Anemia Defisiensi Besi Di Sma Negeri 15 Medan. 40–45 (2014).