



UNIVERSITAS ANDALAS

**PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN KARTU KUARTET DAN
ULAR TANGGA TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP DALAM
PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 9 PADANG
TAHUN 2025**

Oleh:

Vivin Alia Zefitra

NIM. 2111221023

**Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan
Sarjana Gizi**

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2025

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, 3 Juni 2025

Vivin Alia Zefitra, No. BP. 2111221023

**PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN KARTU KUARTET DAN
ULAR TANGGA TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP DALAM
PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 9 PADANG
TAHUN 2025**

xi + 87 halaman, 21 tabel, 7 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Anemia di kalangan remaja putri tetap menjadi permasalahan kesehatan di Indonesia, yang dipengaruhi oleh minimnya pemahaman dan kesadaran dalam pencegahan anemia. Edukasi gizi menjadi salah satu pendekatan yang dapat diterapkan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam masalah tersebut. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi melalui media kartu kuartet dan ular tangga dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap pencegahan anemia pada remaja putri di SMKN 9 Padang tahun 2025.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan *quasi experiment pre-test post-test with non-equivalent control group*. Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2025. Sampel penelitian adalah remaja putri kelas X dan XI yang berjumlah 66 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan waktu intervensi selama dua minggu. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat dengan uji *paired sample t-test*, uji *wilcoxon*, uji *one way anova* dan uji *kruskal wallis*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui media kartu kuartet dan ular tangga ($p\text{-value} = 0,0001$) dengan kelompok kontrol ($p\text{-value} = 0,001$). Edukasi melalui media kartu kuartet lebih tinggi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap yang dilihat dari nilai gain kartu kuartet pada pengetahuan 0,64 (sedang) dan sikap 0,24 (rendah) dibandingkan dari nilai gain ular tangga.

Kesimpulan

Pemberian edukasi gizi menggunakan media kartu kuartet dan ular tangga efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam pencegahan anemia. Sehingga disarankan agar tenaga kesehatan dan institusi pendidikan untuk dapat mengimplementasikan media kartu kuartet dan ular tangga sebagai alat edukasi gizi.

Daftar Pustaka : 70 (2015-2025)

Kata Kunci : Anemia, Edukasi, Kartu Kuartet, Remaja Putri, Ular Tangga.

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, 3th June 2025
Vivin Alia Zefitra, Student ID 2111221023**

**THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING QUARTET CARDS
AND SNAKES AND LADDERS ON KNOWLEDGE AND ATTITUDE IN
PREVENTION OF ANEMIA IN FEMALE ADOLESCENTS AT SMKN 9
PADANG IN 2025**

xi + 87 page, 21 tables, 7 figures, 10 attachments

ABSTRACT

Objective

Anemia among adolescent girls remains a health problem in Indonesia, which is influenced by the lack of understanding and awareness in preventing anemia. Nutrition education is one approach that can be applied to improve knowledge and attitudes in this problem. The purpose of this study was to determine the effect of providing nutrition education through quartet cards and snakes and ladders in improving knowledge and attitudes in preventing anemia in adolescent girls at SMKN 9 Padang in 2025.

Method

This study uses a quasi-experimental pre-test post-test with non-equivalent control group approach. The study was conducted in April 2025. The research sample was 66 female adolescents in grades X and XI. The sampling technique used purposive sampling with an intervention period of two weeks. Data analysis used univariate and bivariate analysis with paired sample t-test, Wilcoxon test, one way anova test and Kruskal Wallis test.

Result

The results of the study showed that there were significant differences in the knowledge and attitudes of female adolescents before and after nutrition education through quartet cards and snakes and ladders media ($p\text{-value} = 0.0001$) with the control group ($p\text{-value} = 0.001$). Education through quartet cards was higher in increasing knowledge and attitudes as seen from the quartet card gain value at knowledge 0.64 (moderate) and attitude 0.24 (low) compared to the snakes and ladders gain value.

Conclusion

Providing nutrition education using quartet cards and snakes and ladders media is effective in improving the knowledge and attitudes of adolescent girls in preventing anemia. So it is recommended that health workers and educational institutions can implement quartet cards and snakes and ladders media as nutrition education tools.

References : 70 (2015-2025)

Keywords : Anemia, Education, Quartet Cards, Female Adolescent, Sankes and Ladders.