

BAB VI: PENUTUP

6.1 Kesimpulan

1. Rata-rata skor pengetahuan *pre-test* dan *post-test* remaja putri mengenai anemia sebelum dan sesudah edukasi menggunakan media *flash card* berturut-turut adalah 62 dan 94. Sementara itu, rata-rata skor sikap *pre-test* dan *post-test* berturut-turut adalah 65 dan 89. Di sisi lain, rata-rata skor pengetahuan *pre-test* dan *post-test* remaja putri tentang anemia pada kelompok kontrol berturut-turut adalah 65 dan 79. Sedangkan, rata-rata skor sikap *pre-test* dan *post-test* berturut-turut adalah 67 dan 75.
2. Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap sebelum serta setelah edukasi gizi dengan nilai $p\text{-value} = 0,001$ pada kelompok intervensi dengan media *flash card*
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap dengan nilai $p\text{-value} = 0,001$ pada kelompok kontrol.
4. Terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara kelompok media *flash card* dan kelompok kontrol dengan perbedaan sebesar 15 dan nilai $p\text{-value} = 0,001$.
5. Terdapat perbedaan sikap yang signifikan dengan perbedaan sebesar 16 dan nilai $p\text{-value} = 0,001$.
6. Media *flash card* terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan cukup efektif meningkatkan sikap remaja putri terkait anemia. Hal ini ditunjukkan oleh $n\text{-gain}$ pengetahuan sebesar 0,8 (kategori tinggi) dan sikap sebesar 0,7 (kategori sedang) pada kelompok intervensi. Sebaliknya, kelompok kontrol hanya mencapai $n\text{-gain}$ pengetahuan 0,4 (sedang) dan sikap 0,2 (rendah). Persentase

efektivitas juga lebih tinggi pada kelompok intervensi, yaitu 84% untuk pengetahuan (efektif) dan 69% untuk sikap (cukup efektif), dibandingkan kelompok kontrol yang hanya mencapai 36% dan 23% (tidak efektif).

6.2 Saran

1. Bagi Responden

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan serta pemahaman remaja putri tentang anemia, terutama anemia yang sering dialami selama masa remaja akibat menstruasi dan kurangnya asupan gizi. Dengan meningkatnya pemahaman tersebut, diharapkan remaja putri akan lebih proaktif dalam mencari dan menggali informasi dari berbagai sumber yang terpercaya, seperti buku kesehatan, situs resmi kementerian kesehatan, tenaga medis, atau media edukatif yang dapat diandalkan. Pengetahuan yang baik akan mendorong remaja untuk menerapkan pola hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, secara rutin mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), serta menjaga kebersihan dan pola hidup aktif untuk mencegah anemia dalam kehidupan sehari-hari.

2. Bagi Sekolah

Bagi pihak sekolah, khususnya Unit Kesehatan Sekolah (UKS), hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman untuk meningkatkan kegiatan promotif dan preventif yang berkaitan dengan kesehatan remaja putri. Salah satu langkah konkret yang dapat diambil adalah dengan mengaktifkan dan memberdayakan kegiatan ekstrakurikuler seperti Palang Merah Remaja (PMR) untuk menyelenggarakan penyuluhan dan edukasi kesehatan secara berkala. Penyuluhan dapat dilakukan dengan menggunakan media interaktif seperti *flash card* agar materi lebih mudah dipahami dan menarik minat siswa.

Selain itu, materi mengenai anemia remaja putri juga disarankan untuk dimasukkan ke dalam kegiatan pembelajaran di kelas.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadikan media *flash card* sebagai alternatif yang efektif dalam edukasi gizi, tidak hanya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap, tetapi juga dalam mengukur dampaknya terhadap perilaku pencegahan anemia pada remaja putri dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian lebih lanjut juga dapat mempertimbangkan perubahan desain permainan *flash card* dengan menambahkan elemen interaktif seperti sistem penilaian, tantangan, atau bahkan sanksi ringan/edukatif bagi kelompok yang memberikan jawaban salah, untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

