



UNIVERSITAS ANDALAS

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA “*FLASH CARD*”
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP MENGENAI
ANEMIA PADA REMAJA AWAL DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS LUBUK KILANGAN TAHUN 2025**

Oleh:

MILDA RAHMATIL ISRA

No. BP. 2111222011

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Gizi**

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2025

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juli 2025

Milda Rahmatil Isra, No. BP. 2111222011

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA “FLASH CARD” TERHADAP
PENGETAHUAN DAN SIKAP MENGENAI ANEMIA PADA REMAJA
AWAL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LUBUK KILANGAN TAHUN
2025**

xiii + 101 halaman, 17 tabel, 8 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang

Anemia di kalangan remaja putri adalah isu kesehatan yang masih umum terjadi di Indonesia, terutama disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan kesadaran mengenai upaya pencegahannya. Edukasi gizi menjadi salah satu strategi yang krusial untuk mengatasi masalah ini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak dari edukasi gizi yang menggunakan media *flash card* terhadap peningkatan pengetahuan serta sikap pencegahan anemia di kalangan remaja putri di SMPN 21 Padang dan SMPN 11 Padang.

Metode

Penelitian ini merupakan *quasi-experiment* dengan desain *pre-test post-test with control group* yang dilaksanakan pada 1 Mei hingga 15 Mei 2025. Sampel terdiri dari 60 remaja putri yang dipilih secara *purposive* dan dibagi menjadi dua kelompok (intervensi dan kontrol). Data pengetahuan dan sikap dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur dan dianalisis menggunakan uji *Paired t-test*, *Wilcoxon*, *Mann-Whitney* dan uji efektivitas dengan *N-gain*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan skor pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum dan sesudah edukasi gizi menggunakan media *flash card* ($p\text{-value} < 0,001$). Terdapat pula perbedaan signifikan antara kelompok perlakuan dengan ($p\text{-value} < 0,001$). Media *flash card* dapat merubah pengetahuan dan sikap dengan persentase *n-gain* pengetahuan sebesar 84% (efektif) dan 69% (cukup efektif) untuk sikap.

Kesimpulan

Edukasi gizi dengan *flash card* efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terkait anemia. Diharapkan sekolah, remaja, dan puskesmas berkolaborasi dalam mengintegrasikan media edukatif melalui UKS dan penyuluhan untuk pencegahan anemia.

Daftar Pustaka : 82 (2007–2025)

Kata Kunci : Anemia, Edukasi, *Flash Card*, dan Remaja Putri.

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, July 2025
Milda Rahmatil Isra, Student ID 2111222011**

**THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING “FLASH CARD”
MEDIA ON KNOWLEDGE AND ATTITUDES REGARDING ANEMIA
AMONG EARLY ADOLESCENTS IN THE SERVICE AREA OF LUBUK
KILANGAN COMMUNITY HEALTH CENTER IN 2025**
xiii + 101 pages, 17 tables, 8 figures, 10 appendices

ABSTRACT

Background

Anemia among adolescent girls remains a prevalent public health issue in Indonesia, primarily driven by limited knowledge and low awareness regarding its prevention. Nutrition education serves as a crucial strategy to address this problem. This study aimed to analyze the impact of nutrition education using flash card media on improving knowledge and attitudes toward anemia prevention among adolescent girls at SMPN 21 Padang and SMPN 11 Padang.

Methods

This quasi-experimental study employed a pre-test–post-test with control group design and was conducted from May 1 to May 15, 2025. The sample consisted of 60 purposively selected adolescent girls, divided equally into intervention and control groups. Data on knowledge and attitudes were collected using structured questionnaires and analyzed using Paired t-test, Wilcoxon test, Mann–Whitney test, and effectiveness analysis with the N-gain formula.

Results

The findings revealed a significant improvement in knowledge and attitude scores among adolescent girls after receiving nutrition education through flash cards ($p < 0,001$). A significant difference was also observed between the intervention and control groups ($p < 0,001$). The flash card media improved knowledge with an N-gain percentage of 84% (effective) and attitudes with 69% (moderately effective).

Conclusion

Nutrition education using flash cards is effective in enhancing adolescents' knowledge and attitudes toward anemia. Collaboration between schools, adolescents, and community health centers is recommended to integrate educational media into school health programs (UKS) and counseling activities for anemia prevention.

References : 82 (2007–2025)

Keywords : Adolescent Girls, Anemia, Flash Cards, and Nutrition Education.