

BAB VI: PENUTUP

6.1 Kesimpulan

1. Terdapat peningkatan skor pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan anemia pada kelompok intervensi. Nilai tengah skor pengetahuan meningkat dari 65 pada *pre-test* menjadi 100 pada *post-test*. Sementara itu, rerata skor sikap juga meningkat dari 76,05 pada *pre-test* menjadi 88,41 pada *post-test*.
2. Terdapat peningkatan skor pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan anemia pada kelompok kontrol. Nilai tengah skor pengetahuan meningkat dari 62,50 pada *pre-test* menjadi 80 pada *post-test*. Sementara itu, rerata skor sikap juga meningkat dari 78,22 pada *pre-test* menjadi 82,83 pada *post-test*.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan remaja putri terhadap anemia sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan *p-value* berturut-turut 0,001 dan 0,001 (*p-value* < 0,05).
4. Terdapat perbedaan yang signifikan pada sikap remaja putri terhadap anemia sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan *p-value* berturut-turut 0,001 dan 0,001 (*p-value* < 0,05).
5. Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan remaja putri kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan *p-value* = 0,002 (*p-value* < 0,05), dan terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap remaja putri kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan *p-value* 0,001 (*p-value* < 0,05).
6. Efektivitas media edukasi gizi dengan permainan kartu UNO efektif terhadap peningkatan pengetahuan dengan *n-gain* 0,83 (kategori tinggi) dan kurang

efektif terhadap peningkatan sikap dengan *n-gain* 0,49 (kategori sedang).

Namun, edukasi gizi dengan media permainan kartu UNO lebih efektif dibandingkan dengan edukasi gizi dengan ceramah tanpa media.

6.2 Saran

1. Bagi Remaja Putri

Remaja putri diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh mengenai pencegahan anemia dalam kehidupan sehari-hari dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang, mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran, serta menerapkan pola hidup sehat. Selain itu, remaja putri diharapkan aktif mencari informasi mengenai anemia dari sumber yang terpercaya dan berperan sebagai tutor atau edukator sebaya dengan membagikan pengetahuan serta mengajak teman-temannya untuk menerapkan perilaku pencegahan anemia sehingga dapat meningkatkan kesadaran dan upaya pencegahan anemia di lingkungan sekolah.

2. Bagi Sekolah

Sekolah hendaknya tidak lagi mengandalkan metode ceramah satu arah yang monoton. Pihak sekolah, melalui pembina UKS dan guru, disarankan memfasilitasi dan menggunakan media edukasi berbasis permainan seperti kartu UNO dalam kegiatan ekstrakurikuler, jam literasi, atau program mading kesehatan secara berkala, serta memasukkan edukasi mengenai anemia ke dalam kegiatan pembelajaran, khususnya pelajaran IPA atau PJOK, sehingga informasi mengenai pencegahan anemia dapat diberikan secara berkelanjutan. Selain itu, sekolah perlu membentuk kader tutor sebaya (*peer educator*) dengan melatih pengurus UKS agar mereka mampu mengedukasi sesama siswi secara mandiri melalui media permainan ini. Berkolaborasi aktif dengan puskesmas untuk menjadwalkan "Hari Minum TTD Bersama" di sekolah

secara rutin guna memastikan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah tidak sekadar menjadi formalitas.

3. Bagi Puskesmas

Puskesmas disarankan meningkatkan metode penyuluhan dengan mengadopsi media promotif yang interaktif dan adaptif terhadap psikologi remaja, salah satunya dengan mereplikasi penggunaan kartu permainan UNO gizi saat melakukan kunjungan ke sekolah-sekolah (KIE Remaja). Memperkuat jejaring kemitraan dengan lintas sektor (sekolah dan orang tua) untuk memantau status anemia secara berkala, serta melakukan evaluasi ketat terhadap distribusi dan kepatuhan konsumsi TTD (Tablet Tambah Darah) remaja putri di wilayah kerja Puskesmas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengombinasikan media permainan kartu UNO dengan platform digital (seperti aplikasi *gadget* atau gamifikasi berbasis *web*) serta mematangkan materi edukasi spesifik lainnya agar jangkauan edukasi gizi lebih luas dan modern. Mengingat pembentukan sikap membutuhkan waktu, peneliti selanjutnya disarankan memperpanjang durasi intervensi serta menaikkan indikator keberhasilan penelitian hingga ke tahap perubahan perilaku nyata (praktik/tindakan) dan kadar hemoglobin (Hb) siswi, bukan sebatas pada ranah pengetahuan dan sikap.