



UNIVERSITAS ANDALAS

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN PERMAINAN KARTU UNO
TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN DAN SIKAP PENCEGAHAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 17 DAN SMPN 24 PADANG**

Oleh:

ALIEFA SAESABILA SEMBIRING

NIM.2211222037

**Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Gizi**

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2026

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juli 2026

Aliefa Saesabila Sembiring, NIM. 2211222037

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN PERMAINAN KARTU UNO
TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN DAN SIKAP PENCEGAHAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 17 DAN SMPN 24 PADANG**

xii+97 halaman, 18 tabel, 5 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia yang berkaitan dengan rendahnya pengetahuan dan kesadaran mengenai upaya pencegahannya, sehingga edukasi gizi diperlukan sebagai salah satu upaya preventif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi permainan kartu UNO dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN 17 dan SMPN 24 Padang Tahun 2026.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian quasi-eksperimen dengan desain pre-test post-test with control group. Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 17 Padang dan SMPN 24 Padang. Sampel pada penelitian ini berjumlah 52 siswi yang terbagi ke dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Data pengetahuan dan sikap dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji Paired t-test, Wilcoxon, Independent t-test, serta uji efektivitas menggunakan N-gain.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan skor pengetahuan dan sikap pada kelompok intervensi sebelum dan setelah edukasi gizi dengan permainan kartu UNO (p -value = 0,001). Terdapat perbedaan peningkatan skor pengetahuan (p value = 0,002) dan sikap (p value = 0,001) antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kartu UNO dapat merubah pengetahuan dan sikap dengan persentase n -gain pengetahuan sebesar 83% (efektif) dan 49% (kurang efektif) untuk sikap.

Kesimpulan

Edukasi gizi menggunakan permainan kartu UNO efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia serta memberikan peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan metode ceramah.

Daftar Pustaka : 100 (1991-2026)

Kata Kunci : Anemia, Edukasi Gizi, Kartu UNO, Pengetahuan, Sikap

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, July 2026
Aliefa Saesabila Sembiring, NIM. 2211222037**

**THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING THE UNO CARD
GAME ON CHANGES IN KNOWLEDGE AND ATTITUDES TOWARD
ANEMIA PREVENTION AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMPN 17 AND
SMPN 24 PADANG**

xii+97 pages, 18 tables, 5 figures, 11 appendices

ABSTRACT

Objective

Anemia among adolescent girls remains a public health problem in Indonesia, which is associated with limited knowledge and awareness regarding its prevention. Therefore, nutrition education is needed as one of the preventive strategies. This study aimed to analyze the effect of nutrition education using the UNO card game on improving knowledge and attitudes toward anemia prevention among adolescent girls at SMPN 17 and SMPN 24 Padang in 2026.

Methods

This study was a quasi-experimental design with a pre-test–post-test control group design. The research was conducted at SMPN 17 Padang and SMPN 24 Padang. A total of 52 female students were recruited and divided into an intervention group and a control group. Data on knowledge and attitudes were collected using structured questionnaires and analyzed using the Paired t-test, Wilcoxon test, Independent t-test, and N-gain analysis to evaluate the effectiveness of the intervention.

Results

The results showed significant differences in knowledge and attitude scores in the intervention group before and after nutrition education using the UNO card game ($p = 0.001$). There were also significant differences in the improvement of knowledge ($p = 0.002$) and attitude ($p = 0.001$) scores between the intervention and control groups. The UNO card game successfully changed knowledge and attitudes, with an N-gain percentage of 83% (effective) for knowledge and 49% (less effective) for attitudes.

Conclusion

Nutrition education using the UNO card game is effective in improving the knowledge and attitudes of adolescent girls regarding anemia and provides a higher increase compared to the lecture method.

Daftar Pustaka : 100 (1991-2026)

Kata Kunci : Anemia, Nutrition Education, UNO Card, Knowledge, Attitude