

MEDIA MAZE CHASE GAMES TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Ellin Edwinata¹, Darwis², Ismiati³

^{1,2,3} Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu, Jurusan Promosi Kesehatan Jalan Indragiri Nomor 3 Padang Harapan Kota Bengkulu
Email : elinwinata16062000@gmail.com

ABSTRAK

Anemia gizi besi pada remaja putri beresiko lebih tinggi karena menyebabkan seseorang mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena masalah kesehatan. Anemia pada remaja putri merupakan masalah yang umum dijumpai terutama di Negara-negara berkembang seperti halnya Indonesia di mana dampak dari anemia tersebut dapat menurunkan produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis di sekolah, karena tidak adanya semangat untuk belajar dan konsentrasi belajar. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh media maze chase games terhadap pengetahuan dan sikap tentang pencegahan anemia pada remaja putri. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, yang menggunakan metode Pre Experiment. Desain Penelitian menggunakan rancangan One Group Pre test and Post test. Sampel pada penelitian ini adalah siswi SMP yang berjumlah 33 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling dengan pengambilan sampel yang dilakukan secara acak. Hasil penelitian diperoleh rata-rata pengetahuan sebelum (5,15) dan sesudah (7,45) sedangkan rata-rata sikap sebelum (29,15) dan sesudah (31,45). Hasil penelitian dengan menggunakan uji wilcoxon didapatkan nilai p value = 0,000 < 0,005 yang berarti ada pengaruh media maze chase games terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang anemia. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu media pembelajaran untuk diberikan promosi kesehatan tentang anemia pada remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap.

Kata kunci: Anemia, Remaja Putri, Maze Chase Games

ABSTRACT

Iron nutritional anemia in young women is at higher risk because it causes a person to experience a decrease in body resistance so that they are susceptible to health problems. Anemia in young girls is a common problem, especially in developing countries such as Indonesia where the impact of anemia can reduce work productivity or academic ability at school, due to lack of enthusiasm for learning and concentration in learning. This study aims to determine the effect of maze chase games media on knowledge and attitudes about anemia prevention in young women. This research is a quantitative research, which uses the Pre Experiment method. The research design used the One Group Pre test and Post test design. The sample in this study were 33 female students at SMPN 25 Bengkulu City. Sampling in this study using simple random sampling technique with random sampling. The results of the study obtained an average of knowledge before (5.15) and after (7.45) while the average attitude before (29.15) and after (31.45). The results of the study using the Wilcoxon test obtained a p value = 0.000 < 0.005, which means that there is an influence of the maze chase games media on the knowledge and attitudes of adolescents about anemia. It is hoped that this research can be used as a learning medium to provide health promotion about anemia in young women to increase knowledge and attitudes.

Keywords: Anemia, Young Women, Maze Chase Games

* Korespondensi Author : Ellin Edwinata, Poltekkes Kemenkes Bengkulu, elinwinata16062000@gmail.com

PENDAHULUAN

Anemia adalah penyakit yang ditandai dengan kadar hemoglobin dan sel darah merah yang lebih rendah dari normal. Anemia defisiensi besi pada remaja putri berisiko lebih tinggi karena menurunkan daya tahan tubuh sehingga lebih rentan mengalami gangguan kesehatan.

(Anggoro, 2020). Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang dihadapi generasi muda Indonesia saat ini. Prevalensi anemia terjadi pada 12% remaja laki-laki dan 23% remaja perempuan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Hasil penelitian (WHO, 2017) menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di seluruh dunia adalah 29%.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi anemia di kalangan remaja perempuan di negara-negara Asia Tenggara seperti Indonesia, Nepal dan Bhutan masing-masing adalah 30%, 46% dan 58,6%. Hal serupa terjadi di Afrika Sub-Sahara, sekitar separuh remaja perempuan menderita anemia. Penelitian lokal di Babile, Ethiopia Timur sebesar 32% dan penelitian ini menyimpulkan bahwa status gizi remaja putri berkontribusi terhadap status gizi masyarakat.

Data Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019, cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2018 adalah 46,56%. Hal ini sudah memenuhi target renstra tahun 2019 yaitu 30% provinsi dengan persentase tertinggi cakupan pemberian TTD pada remaja putri adalah Bali (99,72%), sedangkan persentase terendah adalah Kalimantan Barat (13,03%). Sebanyak empat provinsi belum memenuhi target renstra tahun 2019 yaitu Aceh, Kalimantan Utara, Kalimantan Barat, dan Sulawesi Utara.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, menyebutkan bahwa 76,2% remaja putri telah mendapatkan tablet tambah darah di sekolah, dari 76,2% yang mendapatkan tablet tambah darah hanya 80,9% yang mengonsumsi tablet tambah darah. Tablet tambah darah berfungsi untuk membentuk hemoglobin darah karena mengandung suplemen yang berisi zat besi dan asam folat.

Data Dinkes Kota Bengkulu tahun 2021, Laporan Kegiatan kesehatan anak di sekolah tingkat SMP/MTS/SLB menyebutkan, bahwa ada 4.979 siswi yang dijangkau dari masing-masing puskesmas yang ada di Kota Bengkulu, risiko anemia tertinggi terdapat di wilayah kerja puskesmas Padang Serai dengan jumlah 26 orang siswi remaja putri. Puskesmas Padang Serai terdapat 4 SP yang menjadi wilayah kerjanya yaitu SMPN 23 Kota Bengkulu, SMPN 25 Kota Bengkulu, SMPN 19 Kota Bengkulu, dan SMP PPHQ.

Penyebab anemia pada remaja putri biasanya disebabkan oleh kerusakan sel darah merah yang berlebihan, kehilangan darah, produksi sel darah merah yang kurang optimal karena asupan zat besi yang tidak mencukupi, penyerapan zat besi yang buruk, kehilangan darah yang terus-menerus, penyakit, dan peningkatan kebutuhan zat besi. Kekurangan zat besi dapat menurunkan daya tahan tubuh dan berujung pada berkurangnya produktivitas.

Kasus anemia sangat umum terjadi pada anak sekolah, terutama pada remaja putri. Wanita muda 10 kali lebih mungkin terkena anemia dibandingkan pria muda. Memang remaja putri sedang menstruasi dan usianya masih muda, sehingga membutuhkan lebih banyak zat besi (Adriana, 2010).

Menurut hasil penelitian Nurul Ikhsan tahun 2017, permainan maze atau permainan kejar-kejaran labirin adalah permainan mencari jalan keluar dari jalan yang bercabang dan berkelok-kelok. Bermain labirin dapat membantu anak mengenal ruang labirin serta jalan yang melalui labirin tersebut sehingga meningkatkan kreativitas anak.

Penelitian yang dilakukan (Sri, 2017) menunjukkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi anemia adalah pengetahuan. Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia mempunyai risiko lebih rendah terkena anemia, sedangkan remaja putri yang memiliki pengetahuan sedikit tentang anemia mempunyai risiko lebih tinggi terkena anemia.

Dampak Anemia Anemia dapat menimbulkan dampak buruk bagi remaja antara lain menurunnya stamina tubuh, sehingga penderita anemia lebih mudah terserang penyakit menular, menurunnya kebugaran dan ketangkasan kesehatan mental akibat kekurangan oksigen pada otot dan sel otak, menurunnya pembelajaran dan produktivitas/ pertunjukan. (Cabang Gizi Masyarakat, 2016).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, yang menggunakan metode *Pre Experiment*. Desain Penelitian menggunakan rancangan *One Group Pre test and Post test*, dimana penelitian ini digunakan untuk melihat pengaruh metode ceramah dengan *maze chase games* terhadap pengetahuan dan sikap tentang pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN 25 Kota Bengkulu. Pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling* dengan pengambilan sampel yang dilakukan secara acak. Sedangkan Analisis hasil data berdistribusi tidak normal sehingga menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Rerata Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Media Maze Chase Games Pada Remaja Putri

Variabel	Mean ± SD	Min - Max	95% CI
Pengetahuan	5,15 ±		
Sebelum	1,856	0 - 8	4,49 – 5.81
Sesudah	7,45 ± 0,938	6 - 10	7,12 – 7.79

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa pengetahuan siswi SMP sebelum diberikan edukasi media *maze chase games* dengan rata-rata (5,15). Setelah diberikan *maze chase games* didapatkan rata-rata mean (7,45)

Tabel 1 Rerata Sikap Sebelum Dan Sesudah Diberikan Media Maze Chase Games Pada Remaja Putri

Variabel	Mean ± SD	Min - Max	95% CI
Pengetahuan			

	5,15 ±		
Sebelum	1,856	0 - 8	4,49 – 5.81
	7,45 ±		
Sesudah	0,938	6 - 10	7,12 – 7.79

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa sikap siswi SMPN sebelum diberikan edukasi media *maze chase games* dengan rata-rata (24,55). Setelah diberikan media *maze chase games* didapatkan rata-rata (34,48).

Tabel 3 Pengaruh Media Maze Chase Games Pada Remaja Putri

Variabel	Δ Mean	p-value
Pengetahuan	1,64	0,000
Sikap	9,93	0,000

Berdasarkan tabel 3 didapatkan Hasil dari *p Value* = 0,000 atau < 0,05 maka H_0 ditolak dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95% yang artinya ada pengaruh edukasi media *maze chase games* terhadap pencegahan anemia pada remaja putri.

Penelitian ini terdapat 10 soal pertanyaan pengetahuan tentang pencegahan anemia, pernyataan soal no 1 Vitamin C merupakan zat gizi yang sangat berperan dalam meningkatkan penyerapan sebelum (63,6) menjadi (100) dengan selisih (36,4). Dan pernyataan soal 9 Vitamin berikut yang membantu penyerapan zat besi didalam tubuh sebelum (63,6) menjadi (100) dengan selisih (36,4). Sedangkan pernyataan soal no 10 didalam buah-buahan mengandung vitamin C yang dapat membantu penyerapan zat besi didalam tubuh, buah-buahan yang mengandung tinggi vitamin C sebelum (87,9) dengan selisih (12,1).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa didapatkan sikap sebelum dilakukan intervensi dengan media *maze chase games* dan setelah dilakukan intervensi mengalami peningkatan. Hasil penelitian sikap sebagian kecil responden dengan rerata skor sikap sebelum intervensi yaitu (24,55) dan hampir sebagian responden sesudah intervensi sebesar (34,48). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Muzakir (2018) didapatkan adanya peningkatan

sikap sebelum intervensi menggunakan *maze chase games* dan sikap sesudah intervensi.

Penelitian ini terdapat 10 pernyataan sikap dimana 8 diantaranya adalah pernyataan positif. Pernyataan sikap didapatkan jawaban dengan presentase tertinggi pada pernyataan positif terdapat pada no 3 Sebaiknya kita mengkonsumsi buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C untuk menambah zat besi (0) SS setelah dilakukan intervensi meningkat menjadi (75,8). Sedangkan pernyataan negatif no 10 Tidak perlu waspada jika terjadi penurunan konsentrasi dalam mengikuti proses belajar (0) STS meningkat setelah dilakukan intervensi (45,5).

Pratiwi dkk (2021) mengemukakan bahwa sikap merupakan faktor yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan perilaku tertentu untuk mencegah penyakit. Sikap merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pencegahan penyebaran penyakit, karena upaya pencegahan penyakit tentunya berkaitan dengan sikap masyarakat.

Pembentukan atau faktor yang mempengaruhi sikap adalah pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh budaya, media, lembaga pendidikan, agama dan faktor emosi. Sikap merupakan tanggapan mandiri seseorang terhadap suatu rangsangan atau objek dan melibatkan pendapat serta faktor emosi yang bersangkutan.

Didapatkan hasil uji data pengetahuan dan sikap dengan menggunakan *uji wilcoxon* diperoleh nilai selisih Δ Mean pengetahuan sebesar 1,64, nilai selisih Δ Mean sikap sebesar 9,93. Hasil dari *p Value* = 0,000 atau $< 0,05$ maka H_0 ditolak dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95% yang artinya ada pengaruh edukasi media *maze chase games* terhadap pencegahan anemia pada remaja putri. Ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan sikap sebelum dan sesudah. Hal ini membuktikan bahwa pemberian media *maze chase games* dapat meningkatkan atau merubah sikap remaja. Sejalan dengan penelitian Muzakir (2018) terdapat perbedaan rerata pengetahuan sebelum

dan sesudah diberikan media *maze chase games* yaitu dengan adanya peningkatan.

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan sikap seseorang yaitu media. Media berfungsi untuk memudahkan seseorang memahami informasi yang dianggap rumit. Peningkatan pengetahuan dan sikap ini menunjukkan keberhasilan dalam memberikan promosi kesehatan dengan media *maze chase games*. Selain itu, peningkatan sikap juga dikarenakan oleh peningkatan pengetahuan. Peningkatan pengetahuan dan sikap ini diperoleh dari proses belajar dengan memanfaatkan semua alat indera. Hal ini sesuai dengan tujuan pemberian edukasi Anemia yaitu menghasilkan peningkatan pengetahuan yang akan mempengaruhi perubahan sikap dan perilaku (Manullang, 2020).

Remaja adalah masa transisi dari periode anak menuju dewasa. Karakteristik seseorang yang sudah memasuki usia remaja salah satunya adalah timbulnya rasa ingin tahu terhadap informasi. Biasanya informasi tersebut diperoleh dari buku, majalah, tabloid bahkan internet dan juga media permainan. Hal ini terlihat bahwa media permainan merupakan salah satu media yang diminati remaja untuk memperoleh informasi.

Media promosi kesehatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu media *maze chase games*. Media *maze chase games* merupakan sebuah permainan yang cara bermainnya dengan mencari jalan keluar mengisi yang terbentuk gambar rumah dengan angka-angka sehingga membentuk sebuah kata yang sesuai dengan petunjuk. (Diniyati, 2019).

KESIMPULAN DAN SARAN

Terjadi peningkatan pengetahuan siswi setelah diberikan media *maze chase games*. Terjadi peningkatan sikap siswi setelah diberikan media *maze chase games*. Terdapat pengaruh pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan media *maze chase games* pada remaja putri. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu media pembelajaran untuk diberikan promosi kesehatan tentang anemia pada remaja

putri untuk meningkatkan pengetahuan sikap.

REFERENSI

1. Adriana. 2010. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Anemia Di Madrasah Aliyah Negeri 02 Bogor Tahun 2010. Skripsi UIN. Jakarta.
2. Anggoro S. (2020). Faktor Affecting TheEvent Of Anemia High School Students. Jurnal Ilmiah STIKES Kendala. Vol. 10, No. 3, pp: 34.
3. Ariani, A. (2014). Metodologi penelitian. Jakarta: Nusa Medika. Diakses 15 Juni 2023
4. Diniyati, H. (2019). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media maze chase games Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia Defisiensi Zat Besi pada Siswa Kelas VIII di SMPN 25. Tersedia dari : <https://pustaka.poltekkes-pdg.ac.id>, diakses 12 juni 2023
5. Ervina, R. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MTs Lubuk Buaya Tahun 2018. E-Skripsi Universitas Andalas. Tersedia dari: <http://scholar.unand.ac.id/id/eprint/38124>, diakses 7 november 2021
6. Fentie, K., Wakayo, T., & Gizaw, G. (2020). Prevalence Of Anemia And Associated Factors Among Secondary School Adolescent Girls In Jimma Town, Oromia Regional State, Southwest Ethiopia. *Anemia*, 2020, 1–11.
7. Fitri, M. A. (2021). Perbedaan Penyuluhan dengan Metode Ceramah Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Defisiensi Zat Besi di SMAN 9 Kota Padang Tahun 2021.
8. Kemenkes RI.(2019).Profil Kesehatan Indonesia 2018
9. Kemenkes, RI. 2016. Buku Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. Kementerian Kesehatan RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Kementerian Kesehatan RI
10. Manullang, T. D., & Ismiati. (2020) Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Grup Chat Whatsapp Cemia (Cegah Anemia) terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Anemia di SMA N 3 Kota Bengkulu. Poltekkes Kemenkes Bengkulu. (2020). Program Sarjana Terapan.
11. Manullang, T. D., & Ismiati. (2020) Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Grup Chat Whatsapp Cemia (Cegah Anemia) terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Anemia di SMA N 3 Kota Bengkulu. Poltekkes Kemenkes Bengkulu. (2020). Program Sarjana Terapan.
12. Mardiah, R., Amin, M., Pratiwi, B. A., & Yanuarti, R. (2021). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Sekolah Terhadap Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri Kelas XI DI SMAN 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Miracle*, 1(1), 8-16.
13. Maulina, N., & Sitepu, I. (2015). Peengaruh pemberian kacang hijau (*phaseolus radiatus*) terhadap peningkatan kadar hemoglobin tikus putih (*rattus norvegicus*) jantan galur wistar. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 7(2), 57–60.
14. Muzakir, Y. c & Junaidi (2018). Efektivitas Media maze chase games dengan Metode NHT (Number Heads Together) Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 5 Kendari Tahun 2017.
15. Notoatmodjo, S. 2010. Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi. Jakarta: Rineka Cipta
16. Noviandri, Indra 2016. Hubungan Antara Status Gizi Anemia dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Batik 1 Surakarta. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
17. Nuraeni, R., Sari, P., Martini, N., Astuti, S., & Rahmiati, L. (2019). Peningkatan kadar hemoglobin melalui pemeriksaan an pemberian tablet fe terhadap remaja yang mengalami anemia melalui “ gerakan jumat pintar ” putri usia 13-18 tahun dengan prevalensi 22 , 7 %. remaja putri lebih rentan terkena anemia. 5(2), 200–221.

18. Nuraeni. (2019). Peningkatan kadar hemoglobin melalui pemeriksaan dan pemberian tablet fe terhadap remaja yang mengalami anemia melalui “ gera kan jumat pintar ” putri usia 13-18 tahun dengan prevalensi 22 , 7 %.
19. Puji Lestari, “Upaya Meningkatkan Perkembangan Kognitif Anak Kelompok B Melalui Permainan Labirin Kardus di RA Ar Rafif Kalasam Sleman Sunan Kalijaga, 2018), hlm. 8.
20. Puspitaningrum, W., Agusyahbana, F., Mawarni, A., & Nugroho, D. (2017). Pengaruh media booklet terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri terkait kebersihan dalam menstruasi di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan II Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 5(4), 274-281.
21. Riskesdas bengkulu Kemenkes RI. (2018). Laporan provinsi bengkulu RISKESDAS 2018. 1–527.
22. Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (Riskesdas). *Journal of physica: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1-200.
23. Sari, Y. (2018). Pengaruh Promosi Kesehatan Menggunakan Metode Ceramah dan Media Teka Teki Silang Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa. Tersedia dari : <http://eprints.unipdu.ac.id/id/eprint/1076>, diakses 10 juni 2023
24. Sri M. 2017. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Zat Besi. *Jambi Medical Journal*. Vol 5 No. 2
25. Sunarsih. (2020). Penyuluhan Tentang Anemia Pada Remaja SMAN 14 Bandar Lampung Kemiling Permai Tanjung Karang Barat. Analisis Pendapatan Dan Tingkat Kesejahteraan Rumah Tangga Petani, 53(9), 1689–1699
26. Theresia Tarigan, E. K. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Status Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Perguruan Swasta Trisakti Lubuk Pakam. KTI.Politeknik Kesehatan Medan Jurusan Gizi. Medan
27. Wahyuningsih, 2014. Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Keteraturan Siklus Menstrurasi Pada Mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Tingkat III Stikes Muhammadiyah Klaten.
28. Wawan & Dewi. 2010. Teori Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia. Yogyakarta : Nuha Medika
29. WHO (2017) . Prevalence of Anemia In Women of Reproductive Age Estimates by Country Global Health Obsevatory Data Respository. Hal: 99
30. Wijaningsih, W., Supadi, I., Putra., H. (2019). Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap