

**SKRIPSI**

**PENGARUH MEDIA ULAR TANGGA DALAM EDUKASI  
KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN  
DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG TABLET FE  
DI SMA NEGERI 1 KOTA SORONG**



**IDA ROYANI ORAIN**  
**21530121013**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SORONG  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
TAHUN 2025**

**SKRIPSI**

**PENGARUH MEDIA ULAR TANGGA DALAM EDUKASI  
KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN  
DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG TABLET FE  
DI SMA NEGERI 1 KOTA SORONG**



**IDA ROYANI ORAIN**

**21530121013**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SORONG  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
TAHUN 2025**

## HALAMAN PERSETUJUAN

**Judul** : Pengaruh Media Ular Tanga Dalam Edukasi Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMA Negeri 1 Kota Sorong

**Nama Lengkap** : Ida Royani Orain  
**NIM** : 21530121013  
**Jurusan** : Kebidanan  
**Politeknik** : Poltekkes Kemenkes Sorong  
**Alamat Rumah Dan Np.TLP/Hp** : Jln.Nusa Indah / 081298052258  
**Alamat Email** : [idaorain8@gmail.com](mailto:idaorain8@gmail.com)  
**Dosen Pembimbing I** :  
**Nama Lengkap Dan Gelar** : Rizqi Kamalah M.Keb  
**NIP/NIDN** : 198812112019002001  
**Alamat Rumah Dan No.Tlp** :  
**Dosen Pembimbing II** :  
**Nama Lengkap Dan Gelar** : Harlinah, M.Keb  
**NIP/NIDN** : 919850114201901201

**Alamat Rumah Dan No. Tlp** :



**Kemenkes  
Poltekkes Sorong**

Sorong, 19 Agustus 2025

Pembimbing I

Rizqi Kamalah, M.Keb  
NIP. 198812112019002001

Pembimbing II

Harlinah, M.Keb  
NIP. 919850114201901201

Ketua Jurusan Kebidanan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Sorong

Ariani Pongoh, S.ST, M.Kes  
NIP. 196601011985082005

HALAMAN PENGESAHAN

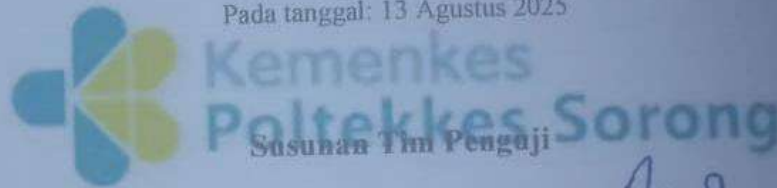
SKRIPSI

PENGARUH MEDIA ULAR TANGGA DALAM EDUKASI  
KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN  
DAN SIKAPREMAJA PUTRI TENTANG TABLET PE  
DI SMA NEGERI 1 KOTA SORONG

Disusun Oleh:

Nama: Ida Royani Orain  
NIM: 21530121013

Telah dipertahankan dalam  
Seminar didepan Tim Penguji  
Pada tanggal: 13 Agustus 2025



Adriana Egam, S.ST.M.Kes  
NIP.196707241988012004

(*[Signature]*)

Rizqi Kamalah M.Keb  
NIP. 198812112019002001

(*[Signature]*)

Harlinah, M.Keb  
NIP. 919850114201901201

(*[Signature]*)

Mengetahui  
Ketua Jurusan Kebidanan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Sorong

(*[Signature]*)  
Ariani Pongoh, S.ST.M.Kes  
NIP. 196601011985032005

PENGARUH MEDIA ULAR TANGGA DALAM EDUKASI KESEHATAN UNTUK  
MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG  
TABLET FE DI SMA NEGERI 1 KOTA SORONG

Ida Royani Orain

Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Sorong,  
Jl. Basuki Rahmat Km. 11 Kota Sorong Email: [idaorain8@gmail.com](mailto:idaorain8@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Anemia merupakan masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia, khususnya pada remaja putri. Pemerintah berupaya mengatasinya melalui pemberian Tablet Tambah Darah (Tablet Fe), namun tingkat kepatuhan konsumsi masih rendah akibat kurangnya pengetahuan dan sikap positif. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan edukatif *ular tangga* sebagai media edukasi kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang Tablet Fe di SMA Negeri 1 Kota Sorong. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *quasi-eksperimen* dengan pendekatan *one group pre-test post-test*. Sampel berjumlah 42 siswi yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Intervensi berupa edukasi kesehatan melalui permainan ular tangga dilaksanakan selama dua minggu. Data dikumpulkan melalui kuesioner pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon signed-rank*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada kategori pengetahuan “baik” dari 0% menjadi 88,1%, dan sikap “baik” dari 0% menjadi 78,6% ( $p < 0,05$ ). **Kesimpulan:** Media permainan ular tangga efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri terkait konsumsi Tablet Fe. Media ini dapat menjadi alternatif metode edukasi kesehatan yang interaktif, menyenangkan, dan mudah diterapkan di lingkungan sekolah untuk mendukung program pencegahan anemia pada remaja putri.

**Kata kunci:** permainan ular tangga, edukasi kesehatan, tablet tambah darah, pengetahuan, sikap, remaja putri

THE EFFECT OF SNAKES AND LADDERS AS A HEALTH EDUCATION MEDIA TO  
IMPROVE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF ADOLESCENT GIRLS ABOUT IRON  
SUPPLEMENT TABLETS AT SMA NEGERI 1 KOTA SORONG

Ida Royani Orain

Applied Bachelor Program in Midwifery, Health Polytechnic of the Ministry of  
Health Sorong, Jl. Basuki Rahmat Km. 11, Sorong City

Email: [idaorain8@gmail.com](mailto:idaorain8@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** Anemia is a significant public health issue in Indonesia, particularly among adolescent girls. The government has sought to address this by distributing iron supplementation (Fe tablets), but adherence remains low due to limited knowledge and negative attitudes. **Objective:** This study aimed to determine the effect of the educational board game *Snakes and Ladders* as a health education medium on the knowledge and attitudes of adolescent girls regarding Fe tablets at SMA Negeri 1 Kota Sorong. **Methods:** The study employed a *quasi-experimental* design with a *one-group pre-test post-test* approach. A total of 42 female students were selected through *purposive sampling*. The intervention consisted of health education using the snakes and ladders game conducted over two weeks. Data were collected using pre- and post-intervention questionnaires measuring knowledge and attitudes, and analyzed using the *Wilcoxon signed-rank test*. **Results:** The findings revealed a significant increase in the proportion of participants with "good" knowledge, from 0% to 88.1%, and with "positive" attitudes, from 0% to 78.6% ( $p < 0.05$ ). **Conclusion:** The snakes and ladders educational game was effective in improving adolescent girls' knowledge and attitudes toward Fe tablet consumption. This method can serve as an interactive, enjoyable, and practical alternative for school-based health education to support anemia prevention programs.

**Keywords:** snakes and ladders game, health education, iron supplementation, knowledge, attitude, adolescent girls

## HALAMAN PERTANYAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang  
Dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar :

Nama : Ida Royani orain

NIM : 21530121013

Tanda Tangan : 

Tanggal : 19 Agustus 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN  
PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Sorong, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ida Royani Orain  
NIM : 21530121013  
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan  
Jurusan : Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Sorong Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas Skripsi saya yang berjudul: Pengaruh Media Ular Tangga Dalam Edukasi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Tablet Fe di SMA Negeri 1 Kota Sorong

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Sorong, 19 Agustus 2025

  
(Ida Royani Orain)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Sorong. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Butet Agustarika, M.Kep Selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Sorong yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis dalam melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Kota Sorong
2. Ariani Pongoh, S.ST.M.Kes Selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Sorong yang telah memberikan penulis kepercayaan untuk melakukan penelitian ini
3. Rizqi Kamalah, M.Keb Selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan dan Selaku Pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan masukan kepada peneliti selama penyusunan skripsi ini.
4. Harlinah, M.Keb Selaku Pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan masukan kepada peneliti selama penyusunan skripsi ini.

5. Neltje Kambu, S,Pd Selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Kota Sorong yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk malakuakan penelitian
6. Kedua orang tua tercinta Mama dan Bapak yang selalu Memberikan dukungan dan doa tulus yang tidak pernah lalai mendoakan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
7. Saudara/I serta sahabat terkasih yang telah memberikan dukungan kepada penulis
8. Teman-teman seperjuangan Midwifery21 yang kebersamai dalam memberikan semangat dan bantuan selama proses penulisan skripsi.

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Sorong, 19 Agustus 2025



Ida Royani Orain

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN PERTANYAAN ORISINALITAS .....	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN .....	viii
PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMI	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Manfaat Teoritis .....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	7
A. Konsep Remaja .....	7
1. Definisi Remaja .....	7
2. Klasifikasi Remaja.....	8
3. Pertumbuhan Remaja.....	8
4. Perkembangan Remaja.....	9
B. Konsep Anemia.....	10

1. Definisi Anemia.....	10
2. Klasifikasi Anemia .....	12
3. Gejala dan Diagnosis Anemia.....	13
4. Dampak Anemia Pada Remaja.....	14
5. Pencegahan Anemia.....	15
6. Tablet Fe.....	15
C. Media dalam Edukasi Kesehatan .....	18
1. Edukasi Kesehatan Remaja Putri.....	18
D. Tingkat Pengetahuan Dan Sikap .....	21
1. Pengetahuan.....	21
E. Kerangka Teori .....	27
F. Hipotesis penelitian .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Jenis / Desain Penelitian.....	28
B. Kerangka Konsep .....	29
C. Subjek Penelitian .....	29
1. Populasi.....	29
2. Sampel.....	29
3. Definisi Operasional .....	32
4. Tempat dan waktu penelitian .....	33
5. Instrument Penelitian .....	33
6. Teknik pengumpulan data .....	34
7. Etika Penelitian.....	38
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>40</b>
A. Hasil Penelitian .....	40
1. Lokasi Penelitian .....	40
B. Karakteristik Responden.....	41

C. Pembahasan .....	45
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	48
A. KESIMPULAN.....	48
B. Saran.....	49
<b>DAFTAR PUSATAKA</b> .....	50

## DAFTAR GAMBAR

2.1 kerangka teori .....	22
3.1 Rancangan desain .....	28
3.2 Kerangka konsep .....	29

## DAFTAR TABEL

Definisi Oprasional 1 .....	26
-----------------------------	----

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia menjadi permasalahan kesehatan utama yang dialami oleh masyarakat yang masih dijumpa idi penjuru dunia dengan prevalensi anemia pada wanita usia subur (15-49 t ahun) yakni sebesar 29,9%. Anemia diartikan sebagai suatu kondisi dimana jumlah hemoglobin (Hb) yang terkandung dalam darah tidak mencapai batas normal atau dapat dikatakan sedang mengalami penurunan. Hal ini dapat menimbulkan gangguan kesehatan akibat kekurangan hemoglobin dalam darah sehingga menyebabkan terganggunya suplai oksigen ke dalam tubuh. (World Health Organization 2021)

Banyak remaja putri yang tidak mau mengonsumsi tablet Fe secara rutin karena berbagai alasan, serta kurangnya pengetahuan dan sikap cara konsumsi, termasuk mitos yang berkembang di masyarakat, diantaranya adalah tablet fe dapat membuat tekanan darah meningkat, tablet fe menyebabkan kegemukan, tablet fe dapat menyebabkan mual dan sakit perut yang parah, dan pada dasarnya tablet fe memiliki efek samping yang akan terjadi yaitu mual yang disebabkan karena kebiasaan cara konsumsi yang salah di pagi hari, untuk mengurangi efek samping tablet fe di anjur dikonsumsi pada malam hari atau setelah makan. Remaja putri yang kurang

mengkonsumsi tablet Fe mengakibatkan terjadinya anemia defisiensi zat besi (Falindri, Rahmiati, and Sukanty 2024)

Berdasarkan data prevalensi menurut (WHO 2023) angka kejadian anemia pada remaja putri di Negara berkembang mencapai 53,7% menurut data Riskesdas pada tahun 2018, kejadian anemia berada pada angka 48,9%, dengan prevalensi terbesar dialami oleh penduduk usia 15-24 tahun, yakni sebesar 84,6%. Berdasarkan data dari (Dinas Kesehatan Provinsi Papua, 2021), prevalensi anemia pada remaja putri di Provinsi Papua tahun 2018 yaitu sebesar 46%, dan tahun 2020 sebesar 34%. Di Indonesia, secara umum anemia yang dialami oleh remaja putri disebabkan oleh kekurangan zat besi dalam tubuh. Upaya untuk mencegah yakni dengan mengawasi dan memperhatikan pemenuhan zat besi harian dengan cara tablet tambah darah (TTD) dan makanan yang mengandung zat besi.

Dampak anemia pada remaja putri dapat menyebabkan mudah lelah/letih, lesu, tidak bersemangat, kepala terasa pening terutama pada perubahan posisi duduk ke posisi berdiri. Anemia menyebabkan darah tidak cukup mengikat dan mengangkat oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh, jika oksigen yang diperlukan tidak cukup, maka akan berakibat pada sulitnya berkonsentrasi, sehingga prestasi belajar menurun, daya tahan fisik rendah dan mudah lelah, aktivitas menurun, mudah sakit karena daya tahan tubuh rendah, akibatnya jarang masuk sekolah atau bekerja (Aprilianti and Sugesti 2024)

Upaya yang dilakukan pemerintah salah satunya dalam penanggulangan anemia adalah dengan suplementasi tablet fe pada saat menstruasi diberikan 1kali dalam satu hari,dan pemebrian tablet fe pada remeja yang nilai HB kurang dari 12 g/dL hal ini dianggap hal yang paling efektif karena kandungan zat besinya padat dan dilengkapi dengan asam. Pada program pemerintah bukan hanya untuk saat remaja saat namun persiapan menjadi ibu hamil, ibu hamil dan ibu nifas, Hal ini sejalan dengan peneltian yang di lakukan oleh peneliti sebelumnya untuk mencegah terjadinya anemia. 23,8% remaja putri di Indonesia yang belum mendapatkan tablet tambah darah dari sekolah. (Puspawidari, Hanifa, and Astuti 2023)

Untuk mengatasi permasalahan Anemi yang semakin meningkat, pemerintah juga telah mengeluarkan kebijakan yang diatur dalam Undang-Undang Nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan pasal 142. Surat Edaran Direktur Jenderal Kementerian Kesehatan Kementerian Kesehatan Nomor HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian Suplemen Darah Bagi Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. Dalam surat tersebut disebutkan bahwa pemberian TTD kepada remaja putri dilakukan melalui UKS/M pada lembaga pendidikan (SMP dan SMA sederajat) dengan menentukan hari bersama untuk melaksanakan TTD. (US, Fitriani, and Fatiyani 2023)

Namun, meskipun program ini sudah berjalan cukup lama, masih terdapat banyak kendala dalam pelaksanaan. Salah satu kendala utama dalam pelaksanaan program ini adalah kurangnya pengetahuan dan sikap positif terhadap konsumsi tablet Fe. Dalam rangka meningkatkan pengetahuan dan

sikap remaja putri terhadap konsumsi tablet Fe, diperlukan metode edukasi yang lebih menarik dan interaktif yang efektif tidak hanya harus memberikan informasi yang benar, tetapi juga harus mampu membangun sikap positif terhadap konsumsi tablet Fe agar remaja putri lebih termotivasi untuk mengonsumsinya secara rutin ((Wardani 2024)

Permainan ular tangga edukatif telah banyak digunakan dalam berbagai bidang kesehatan untuk meningkatkan pemahaman dengan cara yang menyenangkan dan mudah diterima oleh peserta didik. Media ini mampu mengubah konsep pembelajaran yang biasanya bersifat teoritis menjadi lebih menarik dan interaktif. Dengan pendekatan berbasis permainan, peserta didik dapat lebih mudah menyerap informasi, memahami konsep yang diajarkan, serta membentuk sikap positif terhadap konsumsi tablet Fe. Selain itu, permainan ini dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif, di mana siswa dapat berpartisipasi aktif dalam kegiatan edukatif.(Dewi et al. 2024)

Riset terdahulu menjelaskan bahwa penggunaan permainan edukatif dalam pembelajaran kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap positif siswa terhadap praktik-praktik kesehatan Permainan interaktif terbukti dapat meningkatkan pemahaman anak-anak secara efektif tentang pentingnya mencuci tangan dan menjaga kebersihan Berdasarkan penelitian tersebut, dapat dikatakan bahwa pendekatan permainan interaktif mampu dilakukan secara efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa dan memfasilitasi

pemahaman konsep-konsep kesehatan dengan cara yang menyenangkan dan interaktif. (Dewi et al. 2024)

Berdasarkan data hasil survey awal yang di lakukan pada 7 orang siswi remaja putri di SMA Negeri 1 kota sorong, diantaranya 2 orang remaja putri menyatakan bahwa mereka tidak konsumsi tablet Fe. Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswi remaja putri di SMA Negeri 1 Kota Sorong tentang tablet tambah darah dalam upaya pencegahan anemia.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada Pengaruh Media Ular Tangga dalam Edukasi Kesehatan untuk meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Tablet Fe ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh penggunaan media ular tangga terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang tablet FE

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang tablet FE sebelum dan sesudah diberikan media ular tangga
- b. Untuk mengetahui tingkat perubahan sikap remaja putri tentang tablet FE sebelum dan sesudah diberikan media ular tangga

- c. Untuk menganalisis tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai tablet FE sesudah diberikan edukasi melalui media ular tangga

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan ilmu pengetahuan dan dapat menjadi bahan bacaan atau referensi bagi peneliti selanjutnya khususnya yang berhubungan dengan pengaruh media ular tangga dalam edukasi kesehatan Untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja Putri tentang tablet Fe di S,A Negeri 1 Kota Sorong.

##### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi dalam menentukan arah kebijakan dan perbaikan pelayanan kesehatan khususnya mengenai media ular tangga dalam edukasi kesehatan Untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja Putri tentang tablet fe

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep Remaja**

##### **1. Definisi Remaja**

Remaja atau adolescence diartikan sebagai “tumbuh menjadi dewasa”. Pada masa ini individu melakukan eksplorasi psikologis untuk menentukan identitas diri. Remaja adalah masa terjadinya perubahan-perubahan dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan moral. Menurut WHO, remaja didefinisikan sebagai periode usia 10 sampai 19 tahun. Remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, antara usia 10-24 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014, remaja merupakan kelompok rentang usia 10 sampai 18 tahun.(Adolph 2022)

Masa remaja adalah peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa transisi dari anak-anak menuju remaja, individu akan mulai mengembangkan ciri-ciri abstrak dan konsep diri menjadi lebih berbeda. Remaja mulai menilai diri dengan penilaian dan standar sendiri dan kurang memperhatikan interpretasi perbandingan sosial. Pada masa ini, remaja memiliki sifat yang unik. Remaja mempunyai keinginan meniru sesuatu hal yang dilihat, kepada keadaan, serta lingkungan disekitarnya.(Adolph 2022)

## 2. Klasifikasi Remaja

### a) Remaja awal (Early adolescence)

Yaitu remaja usia 10-12 tahun, pada masa ini remaja masih merasa heran terhadap perubahan yang terjadi pada tubuhnya dan dorongan yang mengikuti perubahan tersebut.

### b) Remaja tengah (Middle adolescence)

Yaitu remaja usia 13-15 tahun. Masa ini remaja cenderung bingung dalam menentukan keputusan, sehingga pada masa ini remaja membutuhkan kehadiran teman.

### c) Remaja Akhir (Late adolescence)

Yaitu remaja usia 16-19 tahun, pada masa ini remaja memiliki minat yang lebih mantab, munculnya ego untuk bersama dengan orang lain mencari pengalaman baru dan identitas seksual mulai terbentuk dan menetap serta terjadi banyak perubahan besar pada diri remaja. (Adolph 2022)

## 3. Pertumbuhan Remaja

Pertumbuhan merupakan perubahan yang ditandai dengan peningkatan ukuran fisik dan dapat diukur. Remaja mengalami pertumbuhan termasuk dalam fungsi fisiologis yang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan gizi. Lingkungan dapat memberikan pengaruh terhadap percepatan perubahan. Perubahan dipengaruhi oleh hipotalamus dan hipofisis yang kemudian akan merangsang kelenjar gondok, kelenjar anak ginjal, dan kelenjar organ reproduksi. (Adolph 2022)

Perubahan dapat dipengaruhi oleh hormon pada tubuh. Hormon pada perempuan yaitu estrogen dan progesteron. Perubahan hormon tersebut dapat menimbulkan menstruasi pada perempuan. Perubahan fisik yang diakibatkan oleh hormon pada perempuan seperti tinggi badan yang bertambah, tumbuh rambut di sekitar kelamin dan ketiak, kulit lebih halus, suara lebih halus dan tinggi, payudara membesar, pinggul melebar, paha membulat, serta mengalami menstruasi (Adolph 2022)

#### **4. Perkembangan Remaja**

Perkembangan merupakan perubahan yang berkaitan dengan aspek kualitatif dan kuantitatif, dapat bersifat progresif, teratur, berkesinambungan, serta akumulatif. Perkembangan yang dialami remaja yaitu terdiri dari beberapa aspek perkembangan. Dalam aspek perkembangan sosial, remaja harus dapat menyesuaikan diri dengan peran orang dewasa dan meninggalkan peran anak-anak. (Adolph 2022)

Selanjutnya, remaja juga akan menyesuaikan emosinya. Perkembangan emosi pada masa remaja seperti emosi lebih mudah bergejolak, jenis emosi lebih bervariasi dan kondisi emosional berlangsung lama, muncul ketertarikan lawan jenis, peka terhadap cara orang lain melihat diri mereka. Emosi yang sering dihadapi oleh remaja seperti perasaan bahagia, senang, sayang, cinta, ingin tahu, frustrasi, cemburu, iri, dan duka cita.

Menurut Piaget, remaja harus bias mempertimbangan kemungkinan dalam menyelesaikan masalah dan mempertanggungjawab. Dalam

perkembangan kognitif, remaja mempunyai tingkah laku kritis, rasa ingin tahu kuat, egosentris, imagery audience, dan personal fable. Remaja juga akan mengalami perubahan dalam perkembangan moralitas seperti memberontak dengan nilai-nilai yang ada, pandangan moral kurang abstrak dan nyata, keyakinan moral lebih berfokus pada apa yang benar bukan yang salah, remaja semakin kritis dalam menganalisis norma dan berani mengambil keputusan sendiri, serta cenderung melibatkan beban emosi dan menimbulkan ketegangan psikologis.

Dalam perkembangannya, konsep diri remaja akan turut berubah. Ciri yang menunjukkan adanya perkembangan konsep diri yaitu perubahan perkembangan fisik yang cukup drastis, terpengaruh oleh pandangan orang lain, aspirasi sangat tinggi mengenai segala hal, memandang diri lebih rendah atau tinggi daripada kondisi objektifnya, dan selalu merasa menjadi pusat perhatian. Remaja juga akan mencoba belajar memerankan peran sesuai jenis kelamin. (Adolph 2022)

## **B. Konsep Anemia**

### **1. Definisi Anemia**

Anemia adalah kondisi di mana tubuh mengalami kekurangan sel darah merah yang sehat atau hemoglobin yang cukup untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh. Menurut (WHO 2023), anemia merupakan salah satu masalah kesehatan global yang banyak terjadi, terutama di negara berkembang, termasuk Indonesia. Anemia defisiensi besi adalah

jenis anemia yang paling umum terjadi, terutama pada remaja putri yang mengalami menstruasi setiap bulan dan memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi. (Soleha 2024)

Anemia yang disebabkan oleh berkurangnya simpanan zat besi dalam tubuh, yang mengganggu sintesis hemoglobin, dikenal sebagai anemia defisiensi besi. Keadaan anemia dinilai dengan menggunakan komponen hemoglobin sel darah merah. Nilai normal kadar hemoglobin pada wanita adalah 12-16 g/dl. Zat besi merupakan unsur utama yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin. Menurunnya asupan zat besi dapat menurunkan kadar hemoglobin di dalam tubuh.

Kurangnya asupan zat besi dari makanan sehari-hari, rendahnya penyerapan zat besi akibat konsumsi makanan yang menghambat absorpsi, serta kebiasaan makan yang kurang seimbang menjadi faktor utama terjadinya anemia pada remaja putri. Tanda-tanda awal anemia dapat berupa kelemahan, kelelahan, kurang energi, kurang lapar, nafsu makan berkurang, penurunan fokus, sakit kepala, mudah infeksi, penurunan stamina, dan penglihatan kabur, bibir, kuku, dan tangan juga terlihat pucat. (Rahmaniyah Rahmaniyah, Ni Luh Gede Sri Wahyudianti, and Jusni Jusni 2024)

Anemia pada remaja putri dapat menimbulkan risiko jangka panjang maupun jangka pendek. Risiko jangka pendek anemia dapat menimbulkan keterlambatan pertumbuhan fisik dan maturitas seksual. Dampak jangka panjang anemia bagi remaja putri yang nantinya akan

menjadi calon ibu adalah tidak akan mampu memenuhi zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya yang dapat menyebabkan komplikasi pada kehamilan dan persalinan, risiko kematian maternal, prematuritas, BBLR dan angka kematian perinatal. (SARI et al. 2019)

## **2. Klasifikasi Anemia**

Anemia merupakan suatu keadaan seseorang dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah dari pada nilai normal. Nilai normal hemoglobin secara umum berbeda untuk laki-laki dan perempuan. Pemeriksaan hemoglobin dapat dilakukan untuk mengetahui apakah seseorang kekurangan darah atau tidak (Irmawati dan Rosdianah, 2020). Menurut definisi dari (Helmyati et al. 2023), anemia dapat diidentifikasi dengan kriteria berikut: kadar Hemoglobin kurang dari 13 g/dL untuk lakilaki usia >15 tahun, kurang dari 12 g/dL untuk perempuan usia > 15 tahun dan tidak hamil, serta kurang dari 11 g/dL untuk wanita hamil5 .

Hemoglobin (Hb) adalah parameter yang digunakan secara luas untuk menetapkan prevelensi anemia. diperlukan untuk membawa oksigen dan jika seseorang memiliki sel darah merah yang terlalu sedikit atau tidak normal, atau tidak cukup hemoglobin, akan terjadi penurunan kapasitas darah untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh. Hal ini akan menyebabkan gejala-gejala seperti kelelahan, kelemahan, pusing dan sesak napas, dan lainnya. Menurut (Gunadi, Mewo, and Tiho 2020), di ambil dari jurnal bertajuk Gambaran Kadar Hemoglobin pada Pekerja Bangunan

karya Valerie I. R. Gunadi, Yanti M. Mewo, nilai batas HB normal adalah sebagai berikut.

- a. Untuk usia 5-11 tahun, kadar HB normal adalah kurang dari 11,5 g/dL.
- b. Untuk usia 12-14 tahun, kadar HB normal adalah kurang dari atau sama dengan 12 g/dL.
- c. Untuk perempuan usia di atas 15 tahun, kadar HB normal adalah di atas 12 g/dL.
- d. Untuk laki-laki usia di atas 15 tahun, kadar HB normal adalah di atas 13 g/dL.

### **3. Gejala dan Diagnosis Anemia**

Gejala yang sering ditemui pada penderita anemia adalah 5 L (Lesu, Letih, Lemah, Lelah, Lalai), disertai sakit kepala dan pusing (“kepala muter”), mata berkunang-kunang, mudah mengantuk, cepat capai serta sulit konsentrasi. Secara klinis penderita anemia ditandai dengan “pucat” pada muka, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan. (Danarsih, Kusumawardani, and Ariningtyas 2024)

Menurut (Rifka Alkhilyatul Ma’rifat, I Made Suraharta 2024) menyatakan bahwa remaja putri yang mengalami anemia akan menunjukkan beberapa gejala seperti :

- a. Cepat lelah.
- b. Pucat (kulit, bibir, gusi, mata, kulit kuku, dan telapak tangan).
- c. Jantung berdenyut kencang saat melakukan aktivitas ringan.
- d. Napas tersengal/pendek saat melakukan aktivitas ringan.
- e. Nyeri dada.

- f. Pusing dan mata berkunang-kunang.
- g. Cepat marah.
- h. Tangan dan kaki dingin atau mati rasa
- i. Mudah mengantuk.

#### **4. Dampak Anemia Pada Remaja**

Menurut Kemenkes RI 2018 anemia juga menimbulkan berbagai macam masalah kesehatan, diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Penurunan imunitas
- b. Penurunan konsentrasi
- c. Mengalami penurunan prestasi dalam belajar
- d. Tidak bugar dan mengalami penurunan produktivitas
- e. Pada remaja putri, Anemia dapat memperbesar resiko kematian saat melahirkan, bayi lahir prematur, dan berat badan bayi yang cenderung rendah.

Penderita anemia yang tidak mendapat perawatan yang baik bisa mengalami beberapa komplikasi seperti kesulitan melakukan aktivitas akibat mudah lelah. Masalah pada jantung, seperti aritmia dan gagal jantung. Gangguan pada paru misalnya hipertensi pulmonal. Selain itu anemia juga dapat memicu terjadinya komplikasi kehamilan, seperti melahirkan premature, atau bayi terlahir dengan berat badan rendah serta resiko kematian akibat perdarahan saat melahirkan (Bayuana et al. 2023).

## 5. Pencegahan Anemia

### a. Perbaiki Pola Makan

Meningkatkan asupan makanan kaya zat besi seperti daging merah, ikan, kacang-kacangan, sayuran berdaun hijau, dan sereal yang diperkaya zat besi. Selain itu, mengonsumsi makanan yang kaya vitamin C dapat membantu penyerapan zat besi

### b. Suplementasi

Untuk mencegah anemia pada remaja putri dianjurkan untuk minum tablet tambah darah seminggu sekali satu tablet. Mengatasi Penyakit Penyerta: Jika anemia disebabkan oleh penyakit kronis atau gangguan lain, penanganan kondisi tersebut merupakan bagian penting dari pengobatan anemia.

### c. Pemeriksaan Kesehatan Rutin

Remaja yang berisiko anemia, seperti remaja putri yang menstruasi berat, sebaiknya melakukan pemeriksaan kesehatan rutin untuk memantau kadar hemoglobin dan memastikan tubuh mereka tetap dalam kondisi sehat. (Purnaning et al. 2023)

## 6. Tablet Fe

### a. Pengertian

Tablet Fe adalah elemen biokatalitik yang paling penting dalam *enzymology* manusia, dengan peran utamanya dalam metabolisme oksidatif, proliferasi dan pertumbuhan sel serta penyimpanan dan transportasi oksigen. Tablet Fe berfungsi sebagai suplemen yang

mengandung zat besi setara dengan 60 mg besi elemental dan 0,4 mg asam folat yang disediakan oleh pemerintah maupun diperoleh sendiri (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2020). (Mandagi, Salham, and Yusuf 2020)

b. Anjuran konsumsi Tablet Fe pada remaja putri

Remaja putri (usia 12–18 tahun) dianjurkan 1 tablet Fe per minggu sepanjang tahun (52 tablet/tahun) sebagai pencegahan anemia. Setiap tablet mengandung 60 mg Fe elemental + 0,4 mg asam folat. Saat sedang menstruasi, dianjurkan tambahan 1 tablet per hari selama 5-7 hari untuk mengkompensasi kehilangan darah. (Wardani 2024)

c. Tujuan Pemberian Tablet Tambah Darah (Fe)

Pemberian suplementasi zat besi secara rutin selama jangka waktu tertentu bertujuan untuk meningkatkan kadar hemoglobin secara cepat, dan perlu dilanjutkan untuk meningkatkan simpanan zat besi di dalam tubuh. Suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri dan wanita usia subur merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh (Kemenkes 2018).

d. Ketepatan Konsumsi Tablet Tambah Darah (Fe)

Untuk meningkatkan penyerapan zat besi sebaiknya tablet Fe dikonsumsi bersama dengan (Rachman 2021) :

- 1) Air putih.

- 2) Buah-buahan sumber vitamin C(jeruk, pepaya, mangga, jambu biji dan lain-lain ).
  - 3) Sumber protein hewani, seperti hati, ikan, unggas dan daging  
Hindari mengonsumsi TTD bersamaan dengan:
    - a) Susu karena susu hewani umumnya mengandung kalsium dalam jumlah yang tinggi sehingga dapat menurunkan penyerapan zat besi di mukosa usus.
    - b) Teh dan kopi karena mengandung senyawa fitat dan tanin yang dapat mengikat zat besi menjadi senyawa yang kompleks sehingga tidak dapat diserap.
    - c) Tablet Kalsium (kalk) dosis yang tinggi, dapat menghambat penyerapan zat besi. Susu hewani umumnya mengandung kalsium dalam jumlah yang tinggi sehingga dapat menurunkan penyerapan zat besi di mukosa usus.
    - d) Obat sakit maag yang berfungsi melapisi permukaan lambung sehingga penyerapan zat besi terhambat. Penyerapan zat besi akan semakin terhambat jika menggunakan obat maag yang mengandung kalsium. (Garcia et al. n.d.)
- e. Efek Samping Tablet Tambah Darah (Fe)

Pemberian zat besi secara oral dapat menimbulkan efek samping pada saluran gastrointestinal bagi sebagian orang, seperti rasa tidak enak di ulu hati, mual, muntah dan diare. Pemberian suplementasi tablet Fe, pada sebagian wanita, menyebabkan sembelit. Untuk

mengurangi gejala di atas sangat dianjurkan minum tablet zat besi setelah makan (perut tidak kosong) atau malam sebelum tidur. Bagi remaja putri dan wanita usia subur yang mempunyai gangguan lambung dianjurkan konsultasi kepada dokter (Rachman 2021).

## **C. Media dalam Edukasi Kesehatan**

### **1. Edukasi Kesehatan Remaja Putri**

#### **a. Edukasi Kesehatan**

Secara umum, edukasi adalah suatu proses pembelajaran yang dilakukan baik secara formal maupun non formal yang bertujuan untuk mendidik, memberikan ilmu pengetahuan, serta mengembangkan potensi diri yang ada dalam diri setiap manusia, kemudian mewujudkan proses pembelajaran tersebut dengan lebih baik. Sedangkan menurut KBBI, edukasi yaitu berarti Pendidikan yang berarti proses pengubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dalam usaha mendewasakan diri melalui upaya pengajaran, pelatihan, proses, dan cara mendidik (Rachman 2021).

Edukasi kesehatan merupakan proses yang bertujuan meningkatkan pemahaman individu atau kelompok mengenai suatu aspek kesehatan melalui penyampaian informasi yang efektif dan menarik (Asniar, Kamil, and Mayasari 2020). Menurut (Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta 2024), edukasi atau pendidikan kesehatan merupakan aplikasi atau penerapan pendidikan dalam bidang kesehatan. Secara operasional edukasi Kesehatan adalah semua

kegiatan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, praktik baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan Kesehatan mereka sendiri.

Keberhasilan edukasi kesehatan sangat dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang digunakan. Metode pembelajaran yang bersifat satu arah atau pasif sering kali kurang efektif peserta didik hanya menjadi penerima informasi tanpa keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih interaktif untuk meningkatkan efektivitas edukasi kesehatan, khususnya bagi remaja putri yang rentan mengalami anemia akibat kurangnya konsumsi tablet Fe.

a) Permainan Edukatif

1) Permainan Ular Tangga Kesehatan:

Permainan ini bisa dibuat dengan papan ular tangga yang biasa, tapi pertanyaan-pertanyaan di setiap kotak diganti dengan pertanyaan tentang kesehatan, misalnya "Cuci tangan sebelum makan, kenapa?" atau "Mengapa penting gosok gigi sebelum tidur?".

Pesan-pesan edukatif seperti ini bisa mendorong anak-anak untuk lebih sadar tentang pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

UIN Sumatera Utara Medan juga pernah membuat program inovatif permainan Ular Tangga untuk

meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak-anak.

## **2. Media Ular Tangga**

Media permainan ular tangga adalah papan permainan yang dibagi dalam beberapa kotak-kotak kecil dan di beberapa kotak digambar sejumlah tangga dan ular yang menghubungkan ke kotak lainnya dan menggunakan dadu untuk menentukan berapa langkah yang harus dijalani bidak (Gunadi, Mewo, and Tiho 2020). Dalam permainan ular tangga terdapat materi dan soal-soal di setiap kotakkotak kecil yang telah dituliskan nomor-nomor. Media permainan ular tangga merupakan salah satu permainan yang inovatif sehingga mempermudah peserta didik untuk mengingat materi yang sedang diajarkan, membuat peserta didik untuk bekerjasama, dan membuat siswa aktif dalam belajar sambil bermain (Rahmawati, Evayenny, and Dwiprabowo 2020)

Oleh karena itu, permainan ular tangga sebagai media edukasi diharapkan dapat menjadi alternatif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap konsumsi tablet FE

## **3. Metode Pembelajaran Interaktif**

Salah satu metode yang efektif dalam edukasi kesehatan adalah metode pembelajaran berbasis permainan. Permainan edukatif memiliki keunggulan dalam meningkatkan keterlibatan dan motivasi belajar peserta didik dibandingkan dengan metode pembelajaran konvensional (Suci Hanifah Nahampun et al. 2024). Permainan dapat menciptakan suasana

belajar yang menyenangkan dan membuat peserta didik lebih aktif dalam memahami konsep yang diajarkan. Selain itu, permainan edukatif juga dapat membantu meningkatkan daya ingat dan pemahaman karena informasi disampaikan secara visual, kinestetik, dan verbal

Penelitian yang dilakukan oleh (Maulidia and Muthi 2025) menunjukkan bahwa metode pembelajaran interaktif berbasis permainan mampu meningkatkan pemahaman siswi tentang kesehatan hingga 40% dibandingkan dengan metode ceramah. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan yang lebih menarik dan melibatkan interaksi aktif lebih efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan. Oleh karena itu, penggunaan permainan edukatif seperti ular tangga dalam edukasi kesehatan diharapkan dapat membantu meningkatkan kesadaran remaja putri tentang pentingnya konsumsi tablet Fe.

Media permainan ular tangga dapat menjadi alat yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang pentingnya asupan zat besi (Fe) melalui tablet tambah darah (TTD) dalam mencegah anemia. Permainan ini bisa membuat edukasi menjadi lebih interaktif dan menarik, sehingga lebih mudah diingat dan dipahami oleh remaja

#### **D. Tingkat Pengetahuan Dan Sikap**

##### **1. Pengetahuan**

Pengetahuan adalah hasil dari mengetahui diri sendiri dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu.

Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan perabaan. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Darsini, Fahrurrozi, and Cahyono 2019). Pengetahuan yang termasuk dalam domain atau ranah kognitif menurut Notoatmodjo (2019), mempunyai enam tingkatan, yakni:

a. Tahu (know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk dalam tingkat pengetahuan ini adalah mengingat sesuatu yang spesifik dari semua materi yang dipelajari, maka dari itu tahu adalah tingkat pengetahuan yang paling rendah.

b. Pemahaman (comprehension)

Pemahaman diartikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi dengan benar. Orang yang sudah memahami suatu materi atau objek harus mampu menjelaskan, menyebutkan contoh, dan menyimpulkan terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (application)

Aplikasi didefinisikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari dalam situasi atau kondisi yang

sebenarnya. Aplikasi ini dapat diartikan sebagai penerapan hukum, rumus, metode, prinsip dalam konteks atau situasi lain.

d. Analisis (analysis)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menguraikan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih dalam satu struktur organisasi dan ada hubungan antara satu dengan yang lainnya. Kemampuan analisis ini terlihat dari penggunaan kata kerja, seperti mampu mendeskripsikan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

e. Sintesis (synthesis)

Sintesis mengacu pada kemampuan untuk menempatkan atau menghubungkan bagian-bagian menjadi satu kesatuan yang baru. Dengan kata lain, sintesis adalah kemampuan untuk merumuskan rumus-rumus yang ada.

f. Evaluasi (evaluation)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan menilai atau mengevaluasi suatu materi atau objek. Penilaian ini didasarkan pada kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang telah ada. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau pengumpulan data menggunakan kuesioner yang menyatakan isi materi yang ingin diukur dari responden ke dalam pengetahuan yang ingin diketahui agar dapat disesuaikan dengan

tingkat pengetahuan. Menurut (Slamet Riyanto & Aglia Andhita Hatmawan 2023), pengetahuan dibagi dalam 3 kategori, yaitu:

- 1) Kurang : <60% (jika responden benar menjawab <7 pertanyaan)
- 2) Cukup : 60%-75% (jika responden benar menjawab 7-9 pertanyaan)
- 3) Baik : 76%-100% (jika responden benar menjawab 10-12 pertanyaan)

## 2. Sikap

Sikap adalah reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek (Notoatmodjo, 2008). Sikap merupakan kecenderungan untuk secara konsisten memberikan tanggapan yang menyenangkan atau tidak menyenangkan terhadap suatu objek, kecenderungan ini merupakan hasil belajar, bukan dari keturunan. Oleh karena itu, dapat diartikan bahwa sikap adalah kecenderungan untuk merespon suatu objek yang terbentuk dalam komponen kognitif, afektif, dan konatif (Ajzen and Fishbein, 2020). Menurut Azwar (2013, sikap memiliki tiga komponen yang membentuk struktur sikap, yaitu kognitif; afektif; dan konatif.

### a. Komponen kognitif

Komponen kognitif disebut juga dengan komponen perceptual, berisi keyakinan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap objek sikap dengan apa yang dilihat dan diketahui, pandangan, keyakinan, pemikiran, pengalaman pribadi, integritas emosional, dan informasi dari orang lain.

b. Komponen afektif

Komponen ini menunjukkan dimensi sosial subjektif individu terhadap objek sikap, baik positif (perasaan senang) maupun negatif (perasaan tidak senang). Reaksi emosional banyak dipengaruhi oleh apa yang kita yakini benar mengenai objek sikap tersebut.

c. Komponen konatif

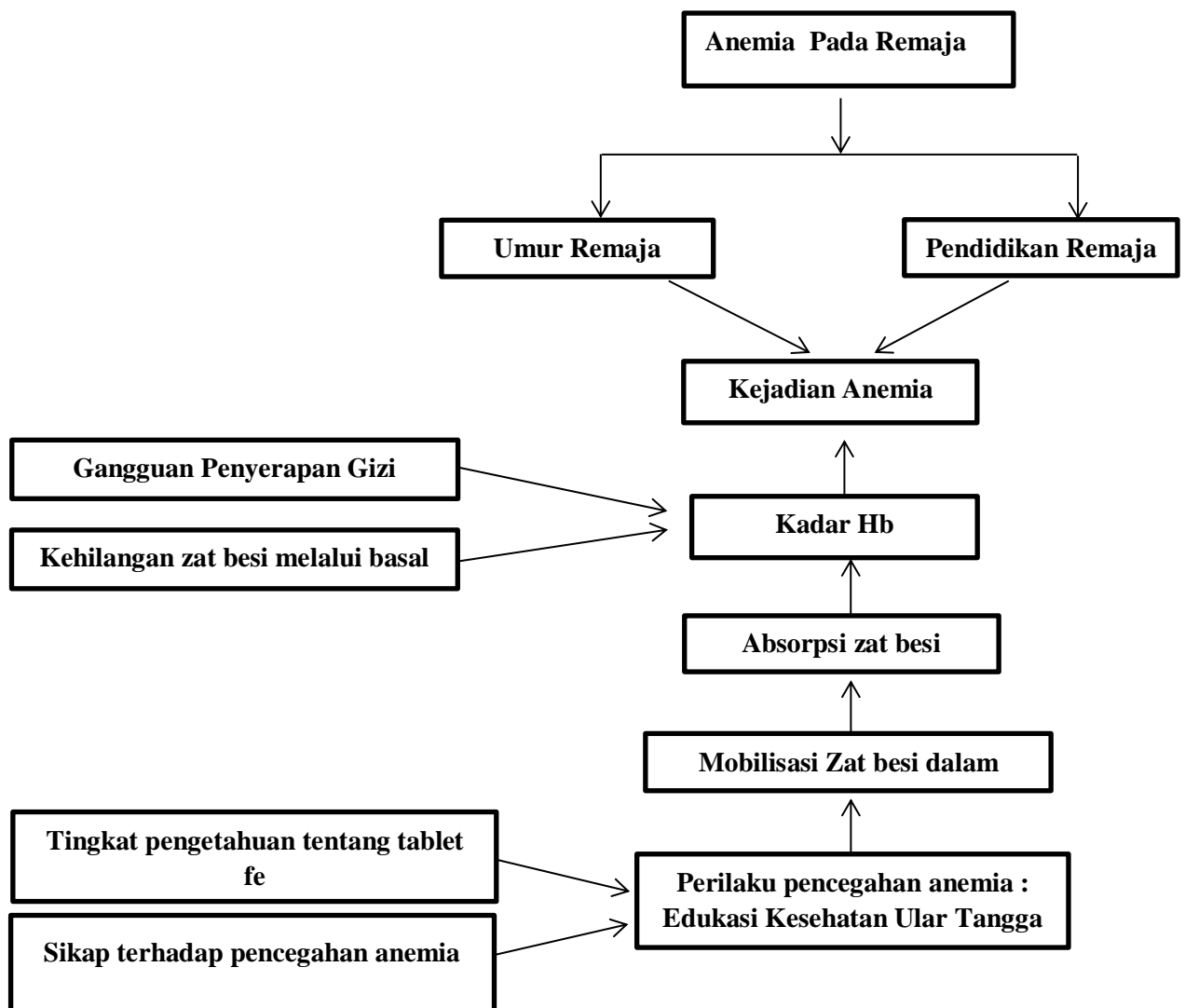
Komponen ini merupakan predisposisi terhadap kecenderungan untuk bertindak atas objek sikap yang dihadapi dan hubungan ini didasarkan pada asumsi bahwa keyakinan dan perasaan sangat mempengaruhi perilaku.

Skala pengukuran yang sering digunakan dalam penelitian sikap adalah skala Likert. Skala ini biasa digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang terhadap masalah yang ada. Pengukuran jika pernyataan negatif maka penilaian sangat setuju (SS) = 1, setuju (S) = 2, tidak setuju (TS) = 3, dan sangat tidak setuju (STS) = 4. Pengukuran jika pertanyaan positif maka penilaian sangat setuju = 4, setuju = 3, tidak setuju = 2, dan sangat tidak setuju = 1 (Hidayat, 2018).

Berdasarkan 15 pernyataan yang diberikan dalam bentuk kuesioner, dapat ditentukan total skor sikap tertinggi 60 hingga terendah 15. Menurut Budiman dan Riyanto (2013), hasil ukur dikategorikan dalam 3 kelompok menjadi:

1. Sikap Kurang :  $\leq 55\%$  (jika skor responden  $\leq 33$  )
2. Sikap Cukup : 56%-75% (jika skor responden 33-45)
3. Sikap Baik : 76%-100% (jika skor responden 46-60 )

## E. Kerangka Teori



2.1 Gambar Kerangka Teori

2.2

## F. Hipotesis penelitian

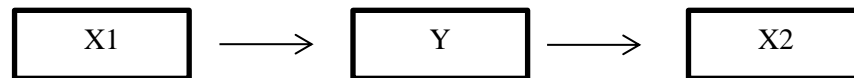
Edukasi dengan Media Ular Tangga berpengaruh pada peningkatan pengetahuan dan sikap Remaja Putri.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis / Desain Penelitian

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan quasi eksperimen yang bertujuan untuk menguji hipotesis sebab akibat dengan melakukan intervensi (Collins et al. 2021) pendekatan pre-test dan post-test. Penelitian ini menggunakan one group pretest dan post test yaitu terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan post test setelah diberi perlakuan, kemudian membandingkan keadaan sebelum dan setelah diberi perlakuan (Sugiono 2017). Desain yang digunakan menggunakan skema:



X1 = Skor SRQ siswi putri sebelum intervensi

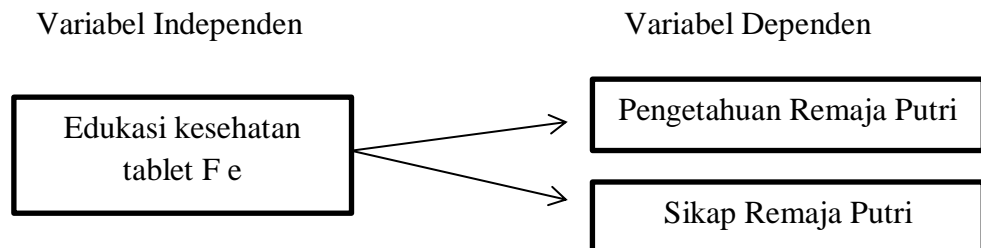
X2 = Skor SRQ siswi putri setelah intervensi

Y = Pendidikan kesehatan Tablet FE ( Intervensi )

#### 3.1 Gambar Rancangan desain

## B. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya dari masalah yang ingin diteliti



3.2 Gambar Kerangka konsep

## C. Subjek Penelitian

### 1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Hasibuan 2021). Populasi target dalam penelitian ini adalah Remaja Putri Siswi Kelas X dan XI. Diketahui jumlah populasi Siswi di berjumlah 42 siswi Putri Populasi terjangkau pada penelitian ini adalah Siswi Remaja dengan umur rata-rata Sampel yaitu 15 tahun sampai 17 tahun.

### 2. Sampel

Sampel pada penelitian ini adalah remaja putri siswi kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Kota Sorong yang terpilih dengan pertimbangan kriteria inklusi dan eksklusi. Berikut kriteria inklusi yang di jadikan sampel ialah siswi remaja putri yang bersedia menjadi responden dan

menandatangani lembar persetujuan. Adapun teknik dan besar sampel penelitian ini yaitu :

a) Teknik pengambilan sampel

Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Purposive Sampling adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2018).

Alasan menggunakan teknik purposive sampling adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan masalah yang akan diteliti. Oleh karena itu, penulis memilih teknik purposive sampling yang menetapkan pertimbangan-pertimbangan tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel yang digunakan dalam penelitian ini. Kriteria umum yang digunakan dalam penelitian ini yaitu siswi remaja putri kelas X dan XI di SMA Negegri 1 Kota Sorong.

b) Besar Sampel

Untuk menghitung jumlah sampel minimal dalam penelitian ini menggunakan rumus *Slovin* dalam *sevilla et al* tahun 2007

**Keterangan:**

$n$  = Ukuran sampel/jumlah responden

$N$  = Ukuran populasi/jumlah anggota = 42 remaja putri

$e$  = presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bias ditolerir tingkat kesalahan.

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 42 remaja putri SMA Negeri 1 Kota Sorong, sehingga presentase kelonggaran yang digunakan adalah 10%. Dapat dihitung besar sampel penelitian dengan perhitungan sebagai berikut:

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{N}{1+N(e)^2} \\
 &= \frac{42}{1+42(0,1)^2} \\
 &= \frac{42}{1+42(0,01)} \\
 &= \frac{42}{1,42} \\
 &= 30
 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan diatas besar sampel minimal yang digunakan pada penelitian ini adalah 30 responden.

### 3. Definisi Operasional

Definisi Operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan tersebut (Nursalam, 2011 dalam Hasibuan,

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Skala ukur	Alat ukur	Hasil ukur
Variable independen:  Media Edukasi kesehatan ular tangga	Media edukasi kesehatan berupa permainan ular tangga yang berisikan informasi tentang anemia dan tablet Fe. Edukasi akan diberikan sebanyak 3 kali dalam 2 minggu.	SOP		
Variabel dependen:  Pengetahuan Siswi Terhadap tablet fe	Pengetahuan remaja putri yang mencakup pengertian anemia, gejala anemia, penyebab anemia, dampak anemia, pencegahan anemia, pengertian tablet Fe, fungsi tablet fe, efek samping , dampak jika tidak konsumsi tablet Fe, cara konsumsi tablet Fe	Ordinal	kuesioner	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Baik : 76% – 100% ( jika pengetahuan baik dari 10 - 12 pertanyaan benar)</li> <li>2. Cukup : 60% – 75% ( jika pengetahuan cukup dari 7 - 9 pertanyaan benar)</li> <li>3. Kurang: &lt;60% jika pengetahuan &lt; 7 pertanyaan benar</li> </ol>
Variabel dependen:  Sikap Siswi Terhadap tablet fe	Sikap respon kecenderungan positif atau negative remaja putri terhadap konsumsi tablet fe yang di ukur berdasarkan aspek kognitif,afektif, konaktif	Skala likert	kuesioner	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sikap Baik : 76%-100% (jika skor responden 46-60 )</li> <li>2. Sikap Cukup : 56%-75% (jika skor responden 33-45)</li> <li>3. Sikap Kurang : ≤55% (jika skor responden ≤33)</li> </ol>

3.1 Tabel Definsi Oprasional

#### 4. Tempat dan waktu penelitian

##### a. Lokasi penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Negeri 1 Kota Sorong.

##### b. Waktu penelitian

Waktu penelitian akan dilaksanakan pada bulan Juni sampai bulan Juli 2025.

#### 5. Instrument Penelitian

Instrumen merupakan suatu alat yang dipergunakan sebagai alat untuk mengukur suatu objek ukur atau mengumpulkan data dari suatu variabel. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Lembar Kuisioner menurut (Sri Widya,2019) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara membeli seperangkat pertanyaan tertulis kepada responden untuk menjawabnya. lembar quisioner pada penelitian ini menggunakan lembar *instrument self rating questionnaire (SRQ-12)* pengetahuan yang berisikan 12 pertanyaan yang akan di isi oleh responden dengan memberikan tanda ceklis pada setiap pertanyaan yang sesuai. Didalam quisioner ini memiliki 2 opsi yaitu Benar dan Salah, Serta lembar *instrument self rating questionnaire (SRQ-15)* Sikap yang berisikan 15 pernyataan Pernyataan Interpretasi penilaiannya yaitu apabila jawaban Benar mendapatkan 1 skor dan jawaban Salah mendapatkan 0 skor dengan maksimal skor 12 pada pengetahuan dan sikap skor maksimal yaitu 15.

## 6. Teknik pengumpulan data

### a. Jenis data

#### 1) Data primer

Data primer diperoleh melalui pengambilan data dengan pengisian quisioner

#### 2) Data sekunder

Data yang didapatkan dari bapak\ibu guru pihak SMA Negeri 1 Kota Sorong Pengumpulan data merupakan langkah awal dalam mendapatkan data penelitian.

### b. Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data merupakan langkah awal dalam mendapatkan data penelitian. Pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan tahap sebagai berikut:

#### 1) Tahapan persiapan

Hal-hal yang disiapkan dalam penelitian ini, antara lain

- a) Mengajukan Permohonan izin penelitian kepada Kepala SMA Negeri 1 Kota Sorong
- b) Mempersiapkan Lembar Informed consent
- c) Mempersiapkan Lembar Kuesioner

#### 2) Tahap pelaksanaan

Setelah ijin pelaksanaan diperoleh, dilanjutkan dengan tahap pelaksanaan

- a) Mencatat inisial, umur, dari Remaja Putri
- b) Melakukan pemilihan kriteria inklusi dan eksklusi
- c) Peneliti melakukan pendekatan secara informal kepada sampel yang diteliti dengan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian
- d) Memberikan lembar persetujuan untuk responden yang bersedia diteliti dan harus menandatangani lembar persetujuan dan untuk responden menolak untuk diteliti maka peneliti tidak boleh memaksa dan menghormati haknya
- e) Melakukan kontrak waktu dengan responden yang memenuhi kriteria inklusi, bahwa akan dilakukan penyuluhan
- f) Memberikan penatalaksanaan pada Remaja Putri Meminta persetujuan responden :
  - (1) Mempersiapkan instrument quisioner yang akan di isi oleh siswi remaja putri dan Media Ular Tangga yang berisi informasi Pengetahuan tentang Tablet Tambah Darah
  - (2) Meminta Remaja Putri untuk mengisi quisioner untuk skrining awal
  - (3) Melakukan Pre-test untuk mengukur pengetahuan awal pada Remaja Putri 10-15 menit

(4) Meminta Remaja Putri untuk mengisi kuisisioner untuk mengetahui ada atau tidaknya perubahan sebelum dan sesudah dilakukannya edukasi

c. Teknik pengolahan data

Pengelolaan data dilakukan setelah proses pengumpulan data selesai dilakukan. Tahapan pengolahan data penelitian terbagi atas 4 tahap. Tahap pengelolaan data yang harus dilalui adalah:

1) Pengolahan data

a) *Editing*

Peneliti melakukan pengecekan isian lembar koesiuner, kejelasan penulisan jawaban dan relevansi dengan pertanyaan. Setelah peneliti melakukan pengecekan pengisian lembar koesiuner maka lembar koesiuner yang tidak lengkap, tidak jelas, atau tidak relevan dengan pertanyaan akan di klarifikasi kepada responden.

b) *Coding*

*Coding* atau pemberian kode adalah pengklasifikasian jawaban yang diberikan responden sesuai dengan macamnya. Dalam tahap coding biasanya dilakukan pemberian skor dan simbol pada jawaban responden agar nantinya bias lebih mempermudah dalam pengolahan data. Memberi kode pada masing-masing jawaban untuk memudahkan pengolahan data.

c) *Processing*

Peneliti memproses data dengan cara melakukan entry data masing-masing responden ke dalam program komputer. Data dimasukan sesuai nomor respondem pada koesioner dan jawaban responden masukan kedalam program komputer dalam bentuk angka sesuai dengan skor jawaban yang telah ditentukan ketika melakukan *coding*

d) *Cleaning*

*Cleaning* yaitu tahapan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah dientry dan melakukan koreksi bila terdapat kesalahan

2) Analisis Data

a) Analisis *univariate*

Analisis *univariat* untuk mendapatkan gambaran distribusi frekuensi atau besarnya proporsi menurut berbagai karateristik variable yang diteliti, baik untuk variabel dependen maupun variable independen

b) Analisis *bivariate*

Pada penelitian ini dalam menganalisis data bivariat dilakukan dengan menggunakan uji statistika parametrik, yaitu menggunakan uji Paired Sample T-test untuk menguji hipotesis komparatif rata-rata dua sampel. Jika data

penelitian tidak normal maka dilakukan uji Non Parametrik, alternative dari Wilcoxon dan Mann Whitney.

## 7. Etika Penelitian

### a. *Informed consent*

Pada penelitian ini, peneliti memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden dan peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat dari penelitian ini kepada responden serta keuntungan dan kerugian dari penelitian ini. Peneliti juga menjelaskan bahwa penelitian ini tidak dipungut biaya dan peneliti juga menjelaskan bahwa penelitian ini tidak ada unsur pemaksaan, apabila responden bersedia maka wajib untuk menandatangani lembar persetujuan untuk menjadi responden.

### b. *Anonymity* (tanpa nama)

Pada penelitian ini, peneliti menjelaskan kepada responden bahwa responden tidak perlu mencantumkan nama lengkap pada lembar observasi tetapi hanya diisi inisial dari nama responden tersebut sehingga kerahasiaan data dari responden tetap terjaga

### c. *Confidentially* (Kerahasiaan)

Pada penelitian ini, peneliti menjelaskan kepada responden bahwa peneliti menjaga kerahasiaan tentang informasi yang diberikan oleh responden bahwa informasi tersebut hanya diketahui oleh peneliti dan pembimbing serta hanya kelompok

data tertentu yang disajikan atau dilaporkan sebagai hasil penelitian, melainkan tidak semua data disajikan dan dilaporkan.

d. *Self determination*

Pada penelitian ini, responden diberikan kebebasan untuk menentukan apakah bersedia atau tidak untuk mengikuti kegiatan penelitian secara sukarela tanpa ada unsur paksaan atau pengaruh dari orang lain. Kesiediaan responden ini dibuktikan dengan kesediaan dalam menandatangani surat persetujuan untuk dijadikan sebagai responden.

e. Prinsip *beneficience* dan *maleficience*

Pada penelitian ini tidak mengakibatkan kerugian pada responden, karena dalam penelitian ini hanya melakukan edukasi kesehatan yang dimana hal tersebut sudah sesuai dengan prinsip *beneficience* yang mengandung arti bahwa penelitian yang dilakukan harus memberikan dampak baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap responden. Sebelum diberikan *informed consent*, responden juga sudah diberikan penjelasan secara rinci tentang penelitian dilakukan.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Lokasi Penelitian



Penelitian ini telah dilakukan di SMA Negeri 1 Kota Sorong. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Kota Sorong, sampel dalam penelitian ini sejumlah 42 remaja putri sesuai dengan kriteria inklusi. Analisis data penelitian dibagi menjadi dua bagian: analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis data univariat meliputi karakteristik responden seperti usia. Sementara itu, analisis data bivariat meliputi penilaian pengetahuan remaja putri tentang Tablet Tambah Darah.

SMA Negeri 1 Kota Sorong adalah sekolah yang terletak di Jalan Dabau Toba No.2, SMA Negeri 1 Kota Sorong mempunyai luas wilayah sebesar 17,185 M<sup>2</sup>. Dan terdapat 27 ruangan kelas yang di

bagi menjadi tiga kategori yaitu jurusan IPA, IPS dan BAHASA. Fasilitas ruangan ditunjang adanya laboratorium, tempat parkir, kantor guru dan ruang UKS. Penelitian yang di ambil adalah responden dari kelas X dan XI IPA.SMA Negeri 1 memiliki staf guru pengajar yang kompeten pada bidang pelajarannya.Tersedia juga fasilitas sekolah seperti ruang kelas yang nyaman, lapangan olahraga dan kantin.

## B. Karakteristik Responden

### 1. Data Umum

#### a. Karakteristik Responden

Tabel 4. 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden

<b>Karakteristik</b>	<b>Frekuensi ( F )</b>	<b>Presentase ( % )</b>
<b>Umur</b>		
15 Tahun	7	16,7
16 Tahun	22	52,4
17 Tahun	13	31,0
<b>Kelas</b>		
X	30	71,4
XI	12	28,6

Berdasarkan tabel 4.1 menu njukkan bahwa distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan umur pengetahuan remaja putri tentang Tablet Tambah Darah di SMA Negeri 1 Kota Sorong terdapat 42 responden, dengan umur responden 16 tahun, yaitu sebanyak 22 orang atau ( 52,4% ) dari total responden. Siswa berusia 17 tahun berjumlah 13 orang atau (31%). Siswa berusia 15 tahun adalah yang paling sedikit, yaitu 7 orang atau (16,7%) Dan Sebagian besar responden

berasal dari kelas X, yaitu sebanyak 30 orang atau (71,4%) dari total responden. Siswa kelas XI berjumlah 12 orang atau (28,6%).

## 2. Data Khusus

### a. Analisis Univariat

#### 1) Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Dan Setelah Diberikan Perlakuan

Kategori Pengetahuan	Pre test	%	Post test	%
Baik	0	0	37	88,1
Cukup	26	61,9	5	11,9
Kurang	16	38,1	0	0

Tabel menunjukkan distribusi pengetahuan responden sebelum (pre test) dan sesudah (post test) diberikan perlakuan. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sebelum perlakuan tidak terdapat responden yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik (0%), sebagian besar responden berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 26 orang (61,9%), dan sebanyak 16 orang (38,1%) berada pada kategori kurang. Setelah diberikan perlakuan, terjadi peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan responden. Sebanyak 37 orang (88,1%) berada pada kategori baik, 5 orang (11,9%) berada pada kategori cukup, dan tidak ada responden (0%) yang berada pada kategori kurang.

2) Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri Sebelum Dan Setelah Diberikan Perlakuan Katogori Sikap

Kategori Sikap	Pre test	%	Post test	%
Baik	0	0	33	78,6
Cukup	42	100	9	21,4
Kurang	0	0	0	0

Berdasarkan hasil penelitian yang disajikan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan (pre test), seluruh responden (100%) berada pada kategori sikap cukup. Tidak terdapat responden yang memiliki sikap dengan kategori baik maupun kurang (masing-masing 0%). Setelah diberikan perlakuan (post test), terjadi perubahan distribusi sikap yang cukup signifikan. Sebanyak 33 responden (78,6%) menunjukkan sikap pada kategori baik, sedangkan 9 responden (21,4%) masih berada pada kategori cukup. Sama halnya dengan pre test, tidak terdapat responden yang berada pada kategori kurang (0%)

## b. Analisis Bivariat

Tabel 4. 4 Hasil Perbedaan pengetahuan dan sikap Remaja Putri Sebelum Dan Setelah Diberikan Intervensi media ular tangga

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_Pengatahuan Pre_Pengetahuan	Negatif Ranks	41	21.00	861.00
	Positif Ranks	0	21.00	861.00
	Ties	1	0.00	0.00
Total		42		
Post_Sikap Pre_Sikap	Negatif Ranks	33	17.00	561.00
	Positif Ranks	0	0.00	0.00
	Ties	9		
Total		42		
P value				<b>0.000</b>

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test terhadap variabel pengetahuan sesudah diberikan intervensi media ular tangga sebagai pembelajaran edukatif sehingga diperoleh bahwa terdapat 41 responden yang mengalami perubahan skor (negative ranks), tidak ada responden yang mengalami peningkatan skor pada kategori positif ranks, dan terdapat 1 responden dengan nilai ties (skor tidak berubah). *p value* yang diperoleh adalah **0,000** ( $< 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, sehingga dapat

disimpulkan bahwa perlakuan yang diberikan berpengaruh signifikan dalam meningkatkan pengetahuan responden.

Selanjutnya, pada variabel sikap diperoleh hasil bahwa terdapat 33 responden yang mengalami perubahan skor (negative ranks), tidak ada responden pada kategori positif ranks, dan 9 responden dengan nilai ties (skor tidak berubah). *p value* yang diperoleh adalah **0,000** ( $< 0,05$ ). Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Hal ini mengindikasikan bahwa perlakuan yang diberikan juga berpengaruh signifikan terhadap peningkatan sikap responden.

### **C. Pembahasan**

Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan uji statistic, uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh *p value* sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ). Hal ini menunjukkan media ular tangga terbukti berpengaruh meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah.

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Permatasari, R. D., & Ariestiningsih, E. S.2025) Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi menggunakan media permainan ular tangga. Sebelum intervensi, sebagian besar responden tidak mengetahui fungsi dan pentingnya tablet Fe, namun setelah intervensi terjadi peningkatan pemahaman terkait manfaat tablet Fe, dosis konsumsi, dan waktu pemberian yang tepat.(Permatasari, Arestiningsih, and Gresik 2025)

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh (Jumania F & Baiq F, R, & Ni Made W, S ,2024) terdapat perbedaan pengetahuan tentang anemia yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan media permainan ular tangga . (Falindri et al. 2024). Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian ( Handayani, dkk 2018) dimana terdapat peningkatan pengetahuan pada siswa di MTs-S Almanar Kecamatan Hampan Perak sesudah diberikan intervensi dengan media ular tangga (Handayani, Lubis, and Aritonang 2017).

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Anugrah, dkk (2018) dengan hasil terdapat peningkatan pengetahuan gizi siswa setelah melakukan permainan ular tangga (Anugrah, Wening, and Anisya 2020). Begitu pula dengan penelitian Adiba, dkk (2020) penggunaan media ular tangga untuk meningkatkan pengetahuan sangat efektif. (Andini 2024)

Penelitian oleh (Tirza, & Adhe,L,G, S,& Meinita W,2025 ) adapun berbeda dengan penelitian lainya yang menjelaskan tidak terdapat peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap yang signifikan.(Kansil, Sasiwi, and Wulansari 2025). Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Purnamasari et al., 2021) juga menjelaskan tidak ada hubungan yang bermakna antara sikap responden terhadap kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe. (Kansil, Sasiwi, and Wulansari 2025)

Maka peneliti berasumsi bahwa dengan disertai pengetahuan yang baik dapat juga memperbaiki sikap untuk patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Sikap yang baik akan mempengaruhi dalam menerapkan perilaku kesehatan yang positif seperti perilaku mengkonsumsi tablet tambah darah agar mencegah terjadinya anemia

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan tujuan khusus dari penelitian ini maka peneliti menyimpulkan bahwa:

1. Tingkat pengetahuan responden terhadap tablet Fe sebelum diberikan intervensi dalam katagori cukup (61,9%) dan kurang (38,1%). Sedangkan tingkat pengetahuan responden terhadap tablet Fe sesudah diberikan intervensi dalam katagori cukup (11,9%) dan baik (88,1%).
2. Tingkat perubahan sikap respon pun sebelum diberikan intervensi dalam kategori baik dan kurang, yaitu sebanyak (0%), sementara kategori cukup 42 orang (100%), Sedangkan dalam perubahan sikap responden sesudah diberikan intervensi dalam kategori baik meningkat menjadi 33 orang (78,6%), kategori cukup menjadi 9 orang (21,4%).
3. Hasil penelitian perbedaan sebelum dan sesudah intervensi didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna dan signifikan dengan perolehan *p value* sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ).

## **B. SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan saran yang ditujukan baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan kesehatan masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan media pembelajaran interaktif. Peneliti selanjutnya

### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh institusi pendidikan dan tenaga kesehatan sebagai alternatif media edukasi yang interaktif dalam upaya peningkatan pengetahuan dan sikap remaja terhadap konsumsi tablet tambah darah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adolph, Ralph. 2022. "Kebutuhan Gizi Pada Remaja." : 1–23.
- Andini, Atika Putrie. 2024. "Pengaruh Edukasi Tentang Pesan Gizi Seimbang Dengan Media Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Sikap Dan Tindakan Siswa Di Sd Negeri Lawe Desky Kabupaten Aceh Tenggara." 8(2). doi:10.32524/jksp.v8i2.1508.
- Anugrah, Riva Mustika, Dyah Kartika Wening, and Yolana Fatkhis Anisya. 2020. "Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Gizi Remaja." *Jurnal Gizi Dan Kesehatan* 10(24): 100–106. doi:10.35473/jgk.v10i24.36.
- Aprilianti, Anita, and Retno Sugesti. 2024. "Hubungan Pola Menstruasi, Pola Makan Dan Keteraturan Minum Fe Terhadap Anemia Pada Remaja Di Smpn 1 Banyuwangi Kabupaten Garut Tahun 2023." *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah* 3(5): 2290–2304. doi:10.55681/sentri.v3i5.2742.
- Asniar, Asniar, Hajjul Kamil, and Putri Mayasari. 2020. Pendidikan dan Promosi Kesehatan *Pendidikan Dan Promosi Kesehatan*. doi:10.52574/syiahkualauniversitypress.224.
- Bayuana, Asa, Arum Dwi Anjani, Devy Lestari Nurul, Selawati Selawati, Nur Saiâ€™dah, Rini Susianti, and Revi Anggraini. 2023. "Komplikasi Pada Kehamilan, Persalinan, Nifas Dan Bayi Baru Lahir: Literature Review." *Jurnal Wacana Kesehatan* 8(1): 26. doi:10.52822/jwk.v8i1.517.
- Collins, Sean P, Alan Storrow, Dandan Liu, Cathy A Jenkins, Karen F Miller, Christy Kampe, and Javed Butler. 2021. "No Title 濟無No Title No Title No Title." : 167–86.
- Danarsih, Dwi Ani, Arum Margi Kusumawardani, and Ristiana Eka Ariningtyas. 2024. "Deteksi Dini Anemia Dan Edukasi Pola Hidup Sehat Pada Remaja." *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(3): 317–23. doi:10.36082/gemakes.v4i3.1700.

- Darsini, Fahrurrozi, and Eko Agus Cahyono. 2019. "Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu KesePENGETAHUAN; ARTIKEL REVIEW Darsini1) , Fahrurrozi2), Eko Agus Cahyono3)Hatan Husada Jombang, Email: Darsiniwidyanto4@gmail.Com Alamat Korespondensi: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang,." *Jurnal Keperawatan* 12(1): 97.
- Dewi, Retasari, Susanne Dida, Elnovani Lusiana, and Rostika Yuliani. 2024. "Permainan Ular Tangga Sebagai Media Sosialisasi Kebiasaan Hidup Sehat Di SDN Jatinangor Kabupaten Sumedang." *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 7(2): 515–24. doi:10.24198/kumawula.v7i2.54505.
- Falindri, Jumania, Baiq Fitria Rahmiati, Ni S Made Wiasty Sukanty Program Studi, Fakultas Kesehatan, Artikel History, Program S Studi, Cara Sitasi, et al. 2024. "Media Ular Tangga Tingkat Pengetahuan Anemia Dan Asupan Zat Besi Serta Kadar Hemoglobin Siswi Menengah Atas." *Nutriology: Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan* 5(1): 35–43.
- Falindri, Jumania, Baiq Fitria Rahmiati, and Ni Made Wiasty Sukanty. 2024. "Pengaruh Media Ular Tangga Terhadap Tingkat Pengetahuan Anemia, Asupan Sumber Zat Besi, Dan Kadar Hemoglobin Siswi Menengah Atas." *Nutriology: Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan* 5(1): 45–53. doi:10.30812/nutriology.v5i1.3781.
- Garcia, Ana Rita, Sara Brito Filipe, Cristina Fernandes, Cristina Estevão, and George Ramos. "No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title."
- Gunadi, Valerie I.R., Yanti M. Mewo, and Murniati Tiho. 2020. "Description of Hemoglobin Levels in Construction Workers." *Journal e-Biomedik* 4(2): 2-7.
- Handayani, Irma, Zulhaida Lubis, and Evawany Y Aritonang. 2017. "PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA PERMAINAN ULAR TANGGA TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG BUAH DAN SAYUR PADA SISWA MTs-S ALMANAR KECAMATAN HAMPARAN PERAK." *Jumantik* 3(1): 115.

- Hasibuan, Fadhilatul Hasanah. 2021. "Kemampuan Pemecahan Masalah Dan Kemampuan Berpikir Aljabar Siswa Ditinjau Dari Disposisi Matematis Siswa SMP Negeri Bukittinggi." (2005): 1–23.
- Helmyati, Siti, Fina Cahya Hasanah, Febriani Putri, Tonny Sundjaya, and Charisma Dilantika. 2023. "Biochemistry Indicators for the Identification of Iron Deficiency Anemia in Indonesia: A Literature Review." *Amerta Nutrition* 7(3): 62–70. doi:10.20473/amnt.v7i3SP.2023.62-70.
- Kansil, Tirza, Adhe Lisna Gayuh Sasiwi, and Meinita Wulansari. 2025. "Pengaruh Faktor Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe Di Wilayah Kerja Puskesmas Ranomuut Kota Manado." *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran* 8(1): 2774–80. doi:10.31004/jrpp.v8i1.41687.
- Kemenkes, RI. 2018. "Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah." *Kemenkes RI*: 46.
- Mandagi, I V, M Salham, and H Yusuf. 2020. "Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet FE Dalam Upaya Pencegahan Anemia Di SMAN 6 Model Sigi." *Jurnal Kolaboratif Sains* 03: 2020–23.
- Maulidia, Irma, and Ibnu Muthi. 2025. "Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Multimedia Dalam Meningkatkan Minat Belajar Matematika Pada Siswa SD." 3.
- Permatasari, Riska Dwi, Eka Srirahayu Arestiningsih, and Universitas Muhammadiyah Gresik. 2025. "2 1,2,3." 5(1): 62–70.
- Purnaning, Dyah, Rifana Cholidah, Marie Yuni Andari, Muhammad Rizkinov Jumsa, and Lale Justin Amelia Elizar. 2023. "Pengenalan Pembuatan Menu Sehat Dan Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Kota Mataram." *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA* 6(4): 1414–17.
- Puspawidari, Eva, Fanni Hanifa, and Retno Puji Astuti. 2023. "Pengaruh Pemberian Fe Dan Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Hb Remaja

- Putri Yang Mengalami Anemia Ringan Di Puskesmas Leuwigoong Kabupaten Garut Tahun 2023.” *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah* 2(10): 4293–4304. doi:10.55681/sentri.v2i10.1669.
- Rachman, Tahar. 2021. “Kebutuhan Zat Besi Pada Ibu Hamil Kebutuhan.” *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.: 10–27.
- Rahmaniyah Rahmaniyah, Ni Luh Gede Sri Wahyudianti, and Jusni Jusni. 2024. “Hubungan Status Gizi Dengan Anemia Pada Remaja Di Kabupaten Bulukumba.” *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi* 2(2): 126–34. doi:10.55606/jig.v2i2.3215.
- Rahmawati, Dyana Cindy, E Evayenny, and Risky Dwiprabowo. 2020. “Pengembangan Media Permainan Ular Tangga Pada Mata Pelajaran IPS Materi Peristiwa Penjajahan Bangsa Indonesia.” *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III*: 38–44.
- Rifka Alkhilyatul Ma’rifat, I Made Suraharta, Iryanto Irvan Jaya. 2024. “No Title 濟無No Title No Title No Title.” 2: 306–12.
- SARI, PUSPA, Astuti Diah Bestari, Widi Pertiwi, and Tina Dewi Judistiani. 2019. “Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Anemia Defisiensi Besi Dan Pencegahannya Di Kecamatan Jatinangor.” *Dharmakarya* 8(4): 265–67. doi:10.24198/dharmakarya.v8i4.21021.
- Slamet Riyanto & Aglia Andhita Hatmawan. 2023. “Metode Penelitian Metode Penelitian.” *Metode Penelitian Kualitatif* 3(17): 43.
- Soleha, Meilinda Ulfiatus. 2024. “Hubungan Asupan Protein Hewani Dan Nabati Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester 3 Di Desa Dawuhan.” *ASSYIFA : Jurnal Ilmu Kesehatan* 2(1): 18–28. doi:10.62085/ajk.v2i1.34.
- Suci Hanifah Nahampun, Prissy Patrisia Gurning, Rahmad Nexandika, Yusnia Aya Astuti Zalukhu, and Michelle Evelyne Sianturi. 2024. “Efektivitas Metode Pembelajaran Berbasis Game Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar.” *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Ilmu Pendidikan* 3(3): 63–68. doi:10.58192/sidu.v3i3.2415.

- US, Hafsa, Aida Fitriani, and Fatiyani Fatiyani. 2023. "Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Fe Pada Remaja." *Jurnal Riset Kesehatan Nasional* 7(2): 167–74. doi:10.37294/jrkn.v7i2.531.
- Wardani, Dyah Suga Santrika Jaya. 2024. "Tinjauan Literatur: Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Indonesia." *Media Gizi Kesmas* 13(2): 878–97. doi:10.20473/mgk.v13i2.2024.878-897.
- WHO. 2023. "Global Anaemia Estimates 2023." *World Health Organization*.
- World Health Organization. 2021. "Anemia Pada Wanita Dan Anak-Anak." *World Health Organization*.

**L**

**A**

**M**

**P**

**I**

**R**

**A**

**N**

## Lampiran 1.Surat Etik

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE  
POLTEKKES KEMENKES SORONG  
POLTEKKES KEMENKES SORONG

**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION  
"ETHICAL EXEMPTION"

Nomor: DP.04.03/F.LIIL.13.a./298/2025

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :  
*The research protocol proposed by*

Peneliti utama : Ida Royani Orain  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Sorong  
*Name of the Institution*

Dengan judul :  
*Title*

**"PENGARUH MEDIA ULAR TANGGA DALAM EDUKASI KESEHATAN UNTUK  
MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG TABLET  
Fe DI SMAN 1 KOTA SORONG"**

**"THE INFLUENCE OF THE SNAKES AND LADDERS GAME IN HEALTH EDUCATION TO  
IMPROVE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF FEMALE ADOLESCENTS REGARDING  
IRON TABLETS AT SMAN 1 KOTA SORONG"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, namely 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 20 Agustus 2025 sampai dengan tanggal 20 Agustus 2026.

*This declaration of ethics applies during the period August 20, 2025 until August 20, 2026.*

August 20, 2025  
Chairperson,  
  


**Cory C. Situmorang, M.Keb**

## Lampiran 2. Informed Consent



**Kementerian Kesehatan**  
**Direktorat Jenderal**  
**Sumber Daya Manusia Kesehatan**  
 Politeknik Kesehatan Sorong  
 Jalan Basuki Rahmat KM.11,  
 Sorong, Papua Barat 98418  
 ☎ (0951) 324309  
 🌐 <https://poltekkesorong.ac.id>

### LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN ( *INFORMED CONSENT* )

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama Responden :  
 No. Responden :  
 Umur :  
 No. HP :  
 Alamat :

Menyatakan bersedia untuk turut berpartisipasi menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh peneliti “Ida Royani Orain Mahasiswi Program Studi DIV Kebidanan” dengan judul “Pengaruh Media Ular Tangga dalam Edukasi Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuandan Sikap Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMA N 1 Kota Sorong”.

Saya memutuskan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini atas kehendak saya sendiri tanpda adanya paksaan dari pihak manapun. Demikianlah pernyataan ini saya setuju untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Sorong.....2025

Peneliti

Responden

Ida Royani Orain

(.....)

### Lampiran 3. Kuesioner Penelitian

#### KUESIONER PENELITIAN

#### PENGARUH MEDIA ULAR TANGGA DALAM EDUKASI KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG TABLET FE DI SMA N 1 KOTA SORONG

---

##### A. IDENTITAS REMAJA PUTRI

Nama :

Umur :

Kelas :

NO.HP :

##### B. PENGETAHUAN REMAJA PUTRI

Petunjuk pengisian:

1. Bacalah pernyataan dengan teliti.
2. Isilah jawaban yang benar menurut anda dengan mencetang (√) pada kolom Benar atau Salah!

No	Pertanyaan	Benar	Salah
1.	Anemia merupakan kekurangan zat besi dan sel darah merah di dalam tubuh kita.		
2.	Penyebab anemia adalah tekanan darah rendah.		
3.	Dampak anemia bagi remaja putri adalah menurunkan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan dan menurunkan kemampuan fisik		
4.	Tablet Fe adalah tablet tambah darah yang berwarna merah dan mengandung 200 mg Sulfat Ferosus dan 0,4 mg asam folat.		
5.	Tablet Fe tidak dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan mengganti zat besi yang hilang selama menstruasi.		

6.	Aturan konsumsi Tablet Fe baiknya 1 tablet seminggu atau 1 tablet sehari pada saat haid dan diminum dengan air putih.		
7.	Minum Tablet Fe dengan air teh, susu, dan kopi akan membatasi penyerapan zat besi.		
8.	Salah satu efek samping dari tablet Fe adalah Mual		
9.	Anemia pada remaja putri dapat dicegah dengan banyak mengonsumsi makanan sumber zat besi dan rutin mengonsumsi Tablet Fe.		
10.	Tablet Fe dapat meningkatkan kemampuan belajar, kemampuan kerja dan kualitas sumber daya manusia serta generasi penerus		
11.	Remaja putri membutuhkan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja putra		
12.	Tablet Fe sebaiknya dikonsumsi setelah makan dan sebelum tidur.		

### C. SIKAP REMAJA PUTRI

Petunjuk pengisian:

1. Bacalah pernyataan dengan teliti.
2. Pilihlah jawaban yang paling sesuai menurut anda dengan memberi tanda centang (√) pada salah satu kolom pilihan jawaban

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1.	Saya tahu remaja putri perlu mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)				
2.	Menurut saya TTD tidak bermanfaat untuk kesehatan remaja putri.				
3.	Anemia bisa berbahaya bagi tubuh saya.				

4.	Saya merasa khawatir jika terkena anemia.				
5.	jika saya sudah menemukan gejala anemia (letih, lelah, lunglai, lesu, lemah), maka saya akan membiarkannya dan tidak peduli dengan kondisi tersebut.				
6.	Untuk mencegah anemia, saya mengonsumsi TTD dan memakan makanan yang mengandung zat besi dan Vit. C				
7.	Saya akan minum TTD sebelum tidur untuk menghindari mual.				
8.	Menurut saya, orang tua saja yang perlu mengonsumsi TTD.				
9.	Konsentrasi belajar saya terganggu karena anemia.				
10.	Saya tidak perlu banyak makan sayur dan buah.				
11.	Saya langsung mual dan muntah setelah minum TTD				
12.	Saya tidak suka minum TTD karena baunya amis.				
13.	Saya menjadi malas belajar jika menderita anemia.				
14.	Saya merasa sehat setelah minum TTD.				
15.	Bila diberi TTD saya akan meminumnya				

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



### A. DATA PRIBADI

Nama : Ida Royani Orain  
Nim : 21530121013  
Tempat Tanggal Lahir : Sorong, 01 Mei 2001  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Agama : Kristen Protestan  
Status : Belum Menikah  
Alamat : Jl. Nusa Indah Klademak III  
No. Telp : 081298052258  
Email : [idaorain8@gmail.com](mailto:idaorain8@gmail.com)  
Pekerjaan : Mahasiswa (Reguler)

### B. RIWAYAT PENDIDIKAN

LEMBAGA/INSTANSI	PERIODE/TAHUN
TK GMMI BETFAGE	2006-2007
SD YPK 1 Syalom	2008-2013
SMP YPK Syalom	20013-2016
SMA Negeri 1 Kota Sorong	2016-2020
Poltekkes Kemenkes Sorong	2021-Sekarang

## DOKUMENTASI

### 1. Pre-Test



## 2. Kegiatan Post-Test



## 3. Media permainan Ular Tangga



## 4. Master Tabel

No	Nama Responden	Umur	Kode	Kelas	Pre-test				Pos-test								
					Kode	Pengetahuan	Kode	Sikap %	Skor	kode	Pengetahuan	kode				Sikap %	Skor
1	Nn. Y.O	17 Tahun	1	XI	2	66	2	66	42	2	83	1	80	48	1		
2	Nn. Z.A	17 Tahun	1	XI	2	66	2	66	42	2	75	2	73	44	2		
3	Nn. D.T	17 Tahun	1	XI	2	66	2	66	42	2	83	1	80	48	1		kode pen 1 Baik (76-100)
4	Nn. L.B	17 Tahun	1	XI	2	58	3	60	38	2	75	2	80	48	1		2 Cukup (60-75)
5	Nn. M.T	17 Tahun	1	XI	2	58	3	60	38	2	83	1	80	48	1		3 Kurang (<60)
6	Nn. M.G	17 Tahun	1	X	1	58	3	60	38	2	91	1	80	48	1		
7	Nn. N.T	16 Tahun	2	X	1	66	2	66	42	2	83	1	80	48	1		Kode sika 1 Baik (76-100)
8	Nn. N.Y	15 Tahun	3	X	1	58	3	66	42	2	91	1	80	48	1		2 Cukup (56-75)
	Nn. S.N	16 Tahun	2	X	1	58	3	60	38	2	83	1	80	48	1		3 Kurang (<55)
10	Nn. E.K	17 Tahun	1	XI	2	66	2	66	42	2	83	1	80	48	1		
11	Nn. Y.Y	15 Tahun	3	XI	2	58	3	60	38	2	91	1	80	48	1		Kode uml 1 17 tahun
12	Nn. R.S	17 Tahun	1	XI	2	58	3	60	38	2	91	1	80	48	1		2 16 tahun
13	Nn. C.U	16 Tahun	2	XI	2	66	2	66	42	2	91	1	80	48	1		3 15 tahun
14	Nn. C.S	16 Tahun	2	X	1	66	2	66	42	2	91	1	80	48	1		
15	Nn. A.A	16 Tahun	2	X	1	66	2	66	42	2	91	1	80	48	1		Kode kelas 1 Kelas X
16	Nn. D.R	16 Tahun	2	X	1	66	2	65	41	2	91	1	80	48	1		2 Kelas XI
17	Nn. G.F	16 Tahun	2	X	1	58	3	66	42	2	75	2	73	44	2		
18	Nn.F.B	16 Tahun	2	X	1	58	3	66	42	2	83	1	80	48	1		
19	Nn. C.A	16 Tahun	2	X	1	58	3	66	42	2	83	1	80	48	1		
20	Nn.R.K	16 Tahun	2	X	1	58	3	60	38	2	83	1	80	48	1		
21	Nn. S.J	16 Tahun	2	X	1	58	3	60	38	2	75	2	73	44	2		
22	Nn. M.L	16 Tahun	2	X	1	66	2	66	42	2	91	1	80	48	1		
23	Nn. C.I	16 Tahun	2	X	1	66	2	66	42	2	91	1	80	48	1		
24	Nn. A.L	16 Tahun	2	X	1	66	2	66	42	2	83	1	80	48	1		
25	Nn. Z. W	15 Tahun	3	X	1	66	2	60	38	2	91	1	73	44	2		
26	Nn. P.M	15 Tahun	3	X	1	66	2	66	42	2	83	1	80	48	1		
27	Nn. S.R	17 Tahun	1	X	1	66	2	73	44	2	91	1	80	48	1		
28	Nn. Z.S	16 Tahun	2	X	1	58	3	60	38	2	75	2	73	44	2		
29	Nn. N.H	16 Tahun	2	X	1	58	3	60	38	2	83	1	80	48	1		
30	Nn. S.A	15 Tahun	3	X	1	60	2	66	42	2	83	1	80	48	1		
31	Nn. A.T	15 Tahun	3	X	1	65	2	66	42	2	83	1	80	48	1		
32	Nn. D.S	17 Tahun	1	XI	2	65	2	73	44	2	91	1	80	48	1		
33	Nn. I.S	17 Tahun	1	XI	2	65	2	73	44	2	91	1	80	48	1		
34	Nn. M.S	16 Tahun	2	XI	2	65	2	73	44	2	91	1	80	48	1		
35	Nn. A.S	16 Tahun	2	X	1	60	2	66	42	2	83	1	73	44	2		
36	Nn. K.T	16 Tahun	2	X	1	60	2	66	42	2	83	1	80	48	1		
37	Nn. G.S	16 Tahun	2	X	1	65	2	73	44	2	91	1	73	44	2		
38	Nn. C.M	16 Tahun	2	X	1	66	2	65	41	2	83	1	73	44	2		
39	Nn. R.H	16 Tahun	2	X	1	66	2	65	41	2	83	1	80	48	1		
40	Nn. E. O	15 Tahun	3	X	1	58	3	60	38	2	83	1	80	48	1		
41	Nn. S.A	17 Tahun	1	X	1	66	2	66	42	2	91	1	80	48	1		
42	Nn. A.K	17 Tahun	1	X	1	58	3	66	42	2	83	1	73	44	2		

## 5. Hasil Uji SPSS



**Post\_pengetahuN**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	37	88.1	88.1	88.1
	Cukup	5	11.9	11.9	100.0
Total		42	100.0	100.0	

**Post\_Sikap**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	33	78.6	78.6	78.6
	Cukup	9	21.4	21.4	100.0
Total		42	100.0	100.0	

**Wilcoxon Signed Ranks Test**
**Ranks**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_pengetahuN - Pre_pengetahuann	Negative Ranks	41 <sup>a</sup>	21.00	861.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	1 <sup>c</sup>		
	Total	42		
Post_Sikap - Pre_Sikap	Negative Ranks	33 <sup>d</sup>	17.00	561.00
	Positive Ranks	0 <sup>e</sup>	.00	.00
	Ties	9 <sup>f</sup>		
	Total	42		

a. Post\_pengetahuN &lt; Pre\_pengetahuann

b. Post\_pengetahuN &gt; Pre\_pengetahuann

c. Post\_pengetahuN = Pre\_pengetahuann

d. Post\_Sikap &lt; Pre\_Sikap

e. Post\_Sikap &gt; Pre\_Sikap

f. Post\_Sikap = Pre\_Sikap

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Post_pengetahuN - Pre_pengetahuann	Post_Sikap - Pre_Sikap
Z	-5.852 <sup>b</sup>	-5.745 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

## LEMBAR BIMBINGAN KONSULTASI

NAMA : Ida Royani Orain

NIM : 21530121013

Pembimbing I : Rizqi Kamalah,M.Keb

Judul Proposal: Pengaruh Media ular tangga dalam edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMA Negeri 1 Kota Sorong

No	Tanggal	BAB	Catatan Pembimbing	Paraf
1	10-02-2025	Pengajuan Judul	Cari judul yang berhubungan dengan pada anak dan remaja	
2	18-02-2025	ACC judul	Membuat outline dan konsul ke pembimbing II	
3	19-03-2025	BAB 1	Memperbaiki isi Bab I yang belum tepat dan survey awal di lokasi penelitian dan berapa banyak jumlah ibu hamil yang ada di lokasi peneltian	
4	22-04-2025	BAB 1	Konsul Media yang digunakan untuk edukasi kesehatan yaitu media permainan ular tangga di jelaskan bagaimana cara bermainnya	

5	23-05-2025	BABII dan BAB III	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat definisi operasional berdasarkan teori yang telah dipelajari untuk menentukan variabelnya, skala ukur, alat ukur dan cara ukur.</li> <li>- Menambahkan materi yang nanti akan dimasukkan ke dalam media yang akan digunakan</li> </ul>	
6	27-05-2025	BAB I,II,dan III	ACC proposal dan siap untuk melakukan ujian seminar proposal penelitian	
8	03-06-2025	BAB I,II,dan III	Seminar Propposal	
9	31-07-2025	BAB IV dan V	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memperbaiki table distribusi bagia frekuensi dan persen nya</li> <li>- Analisis univariat dan bivariate diperjelas lagi berdasarkan definisi operasional</li> </ul>	
10	04-08-2025	BAB IV dan V	- Perbaiki pembahasan berapa banyak jumlah responden	
11	08-08-2025	BAB IV dan V	Silahkan di lanjutkan ke pembimbing 2	
12	13-08-2025	ACC Laporan Skripsi	Seminar laporan hasil	

## **LEMBAR BIMBINGAN KONSULTASI**

NAMA : Ida Royani Orain

NIM : 21530121013

Pembimbing II : Harlinah,M.Keb

Judul Penelitian : Pengaruh Media ular tangga dalam edukasi kesehatan untuk  
meningkatkan pengetahuan dan sikap Remaja Putri tentang  
Tablet Fe di SMA Negeri 1 Kota Sorong

<b>No</b>	<b>Tanggal</b>	<b>BAB</b>	<b>Catatan Pembimbing</b>	<b>Paraf</b>
1	04-03-2025	Pengajuan Judul	Judul Di ACC	
2	11-03-2025	ACC judul	Menandatangani outline pengejuan judul	
3	22-04-2025	BAB 1	Konsul Media yang digunakan untuk edukasi kesehatan yaitu media permainan ular tangga di jelaskan bagaimana cara bermainnya	
4	28-05-2025	BAB I,II,dan III	ACC proposal dan siap untuk melakukan ujian seminar proposal penelitian	
5	03-06-2025	BAB III,dan BAB III	Seminar Propposal	
6	08-08-2025	BAB IV dan BAB V	Rapihkan sesuaikan dengan yang ada dalam panduan	
7	11-08-2025	ACC Laporan Skripsi	Silahkan kontrak waktu ujian bersama penguji	
8	13-08-2025	Ujian Hasil	Seminar hasil penelitian/Skripsi	

## **LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL PENELITIAN**

NAMA : Ida Royani Orain

NIM : 21530121013

Pembimbing I : Rizqi Kamalah,M.Keb

Judul Proposal: Pengaruh Media ular tangga dalam edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMA Negeri 1 Kota Sorong

<b>No</b>	<b>Tanggal</b>	<b>BAB</b>	<b>Catatan Pembimbing</b>	<b>Paraf</b>
1	10-02-2025	Pengajuan Judul	Cari judul yang berhubungan dengan pada anak dan remaja	
2	18-02-2025	ACC judul	Membuat outline dan konsul ke pembimbing II	
3	19-03-2025	BAB 1	Memperbaiki isi Bab I yang belum tepat dan survey awal di lokasi penelitian dan berapa banyak jumlah ibu hamil yang ada di lokasi peneltian	
4	22-04-2025	BAB 1	Konsul Media yang digunakan untuk edukasi kesehatan yaitu media permainan ular tangga di jelaskan bagaimana cara bermainnya	

5	23-05-2025	BABII dan BAB III	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat definisi operasional berdasarkan teori yang telah dipelajari untuk menentukan variabelnya, skala ukur, alat ukur dan cara ukur.</li> <li>- Menambahkan materi yang nanti akan dimasukkan ke dalam media yang akan digunakan</li> </ul>	
6	27-05-2025	BAB I,II,dan III	ACC proposal dan siap untuk melakukan ujian seminar proposal penelitian	
8	03-06-2025	BAB I,II,dan III	Seminar Propposal	

## **LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL PENELITIAN**

NAMA : Ida Royani Orain

NIM : 21530121013

Pembimbing II : Harlinah,M.Keb

Judul Penelitian: Pengaruh Media ular tangga dalam edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMA Negeri 1 Kota Sorong

<b>No</b>	<b>Tanggal</b>	<b>BAB</b>	<b>Catatan Pembimbing</b>	<b>Paraf</b>
1	04-03-2025	Pengajuan Judul	Judul Di ACC	
2	11-03-2025	ACC judul	Menandatangani outline pengejuan judul	
3	22-04-2025	BAB 1	Konsul Media yang digunakan untuk edukasi kesehatan yaitu media permainan ular tangga di jelaskan bagaimana cara bermainnya	
4	28-05-2025	BAB I,II,dan III	ACC proposal dan siap untuk melakukan ujian seminar proposal penelitian	
5	03-06-2025	BAB III,dan BAB III	Seminar Propposal	