

SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA
FLIP CHART TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM**



ALYA SALSABILA

P01031222065

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

**PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA
FLIP CHART TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM**

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana
Terapan Gizi dan Dietetika pada Program Studi D-IV Jurusan Gizi Politeknik
Kesehatan Kemenkes Medan



ALYA SALSABILA

P01031222065

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA
FLIP CHART TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM

Disusun Oleh:

ALYA SALSABILA

P01031222065

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada Tanggal 12 Agustus 2026

Pembimbing Utama



Fauzi Romeli, SKM, M.Kes

NIP. 196704281989031003

Ketua Prodi Sarjana Terapan Terapan Gizi dan Dietetika



Dr. Rina Dorian Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA FLIP CHART TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM

Telah dipersiapkan dan disusun oleh:

ALYA SALSABILA

P01031222065

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 06 Februari 2026

Tim Penguji:

1. Ketua : Fauzi Romeli, SKM, MKes
2. Anggota 1 : Abdul Hairuddin Angkat, SKM, MKM, RD
3. Anggota 2 : Herly Nainggolan, SKM, MKM

Tanda Tangan



Lubuk Pakam, 08 September 2026

Mengetahui

Ketua Prodi



Dr. Rina Dorianasari, SKM, MKes

NIP. 197610232000032002



BIODATA PENULIS

Nama : Alya Salsabila
Tempat/Tgl lahir : Padangsidempuan, 18 Mei 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Jl. Mawar Gg Selamat Kel. Ujung Padang, Padangsidempuan
Selatan, Kota Padangsidimpaun
Nomor HP : 081262389656

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 200110 Padangsidempuan
2. SMP : SMPN 1 Padangsidempuan
3. SMA : SMAN 1 Padangsidempuan

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Alya Salsabila
NIM : P01031222065
Program Studi : Diploma IV
Jurusan : Gizi dan Dietetika
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

Pengaruh Edukasi Gizi tentang Anemia dengan Media Flip Chart terhadap
Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri di SMP Negeri 2
Lubuk Pakam

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 08 September 2026

Penulis,



Alya Salsabila

P01031222065

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA FLIP CHART TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM

Alya Salsabila, Fauzi Romeli, SKM, M.Kes
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan
Email mahasiswa : alyasalsabila.00000@gmail.com

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar, produktivitas, dan kesehatan reproduksi. Rendahnya pengetahuan dan sikap mengenai anemia dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri adalah melalui edukasi gizi menggunakan media flip chart. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi tentang anemia dengan media flip chart terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2025 dengan desain Quasi Experimental menggunakan pendekatan One Group Pretest-Posttest Design. Sampel penelitian berjumlah 60 remaja putri kelas VIII SMP Negeri 2 Lubuk Pakam. Data pengetahuan dan sikap dikumpulkan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi. Edukasi gizi diberikan sebanyak tiga kali dengan selang waktu tiga hari. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 7,23 menjadi 13,33 setelah edukasi gizi ($p=0,000$). Rata-rata skor sikap meningkat dari 21,77 menjadi 35,07 ($p=0,000$).

Edukasi gizi tentang anemia menggunakan media flip chart berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri. Media ini dapat digunakan sebagai sarana edukasi gizi untuk pencegahan anemia

Kata kunci: Anemia, Edukasi Gizi, Flip Chart, Pengetahuan, Sikap.

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF NUTRITION EDUCATION ON ANEMIA USING FLIP CHART MEDIA ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF ADOLESCENT GIRLS AT SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM

Alya Salsabila, Fauzi Romeli, SKM, M.Kes
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email : alvasalsabila.00000@gmail.com

Anemia among adolescent girls remains a public health issue that can impair learning concentration, productivity, and reproductive health. Low knowledge and poor attitudes regarding anemia can elevate the risk of its occurrence. One effort to improve the knowledge and attitudes of adolescent girls is through nutrition education using flip chart media. This study aims to determine the influence of nutrition education on anemia using flip chart media on the knowledge and attitudes of adolescent girls at SMP Negeri 2 Lubuk Pakam.

Method this study was conducted in August 2025 using a Quasi-Experimental design with a One-Group Pretest-Posttest approach. The research sample consisted of 60 eighth-grade adolescent girls at SMP Negeri 2 Lubuk Pakam. Knowledge and attitude data were collected using questionnaires before and after the intervention. Nutrition education was delivered three times at three-day intervals. Data analysis was performed using the Wilcoxon signed-rank test.

Results the results showed that the average knowledge score increased from 7.23 to 13.33 after the nutrition education intervention ($p = 0.000$). The average attitude score increased from 21.77 to 35.07 ($p = 0.000$).

Nutrition education on anemia using flip chart media has a significant effect on improving the knowledge and attitudes of adolescent girls. This media can be utilized as a nutrition education tool for anemia prevention.

Keywords: Anemia, Nutrition Education, Flip Chart, Knowledge, Attitude.



KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Edukasi Gizi tentang Anemia dengan Media Flip Chart terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam” dapat terselesaikan.

Selanjutnya, ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Bapak Fauzi Romeli, SKM, M.Kes selaku pembimbing utama yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenalkan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, SsiT, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes, selaku Pembimbing Akademik.
5. Bapak Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.KM, RD, atas kesediaannya untuk menguji skripsi ini.
6. Ibu Herly Nainggolan, SKM, M.KM, atas kesediaannya untuk menguji skripsi ini.
7. Kepala Sekolah SMPN 2 Lubuk Pakam, yang telah memberikan izin penelitian.
8. Siswi SMPN 2 Lubuk Pakam, yang telah bersedia menjadi responden penelitian.
9. Orang tua tercinta, alm Ayah Khairul Anwar Lubis S.Sos dan Ibu Bismeilly Lanniari, S.Pd, beserta saudara kandung saya Putri Karini Azzahra S.Kep.Ns,

Keisya Annisa Lubis, Farah Zahira Lubis yang telah memberikan semangat dalam menyelesaikan pendidikan ini.

10. Sahabat seperjuangan, Maya, Wiwin, Rut, Nabila, Nadia, Riyanta, terima kasih telah berjalan bersama sejak semester pertama hingga akhir perjalanan ini.
11. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Gizi, serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
12. Terakhir untuk diriku sendiri, terima kasih sudah bertahan dan terus berusaha sampai sejauh ini. Banyak hal yang sudah dilewati, tidak semuanya mudah, tetapi semuanya menjadi bagian dari proses untuk sampai di titik ini. Terima kasih sudah tetap menyelesaikan apa yang telah dimulai. Semoga setelah ini selalu bisa menjadi lebih baik dan terus melangkah dengan tenang.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun skripsi ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Alya Salsabila

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
BIODATA PENULIS.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan.....	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
D. Manfaat Penelitian	4
1. Manfaat bagi Peneliti	4
2. Manfaat bagi Remaja Putri	4
3. Manfaat bagi Sekolah	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Remaja	5
1. Pengertian Remaja	5
2. Kebutuhan Gizi Remaja.....	5
B. Anemia.....	6
1. Pengertian Anemia.....	6
2. Penyebab Anemia	7

3. Gejala Anemia	8
4. Pencegahan Anemia.....	8
C. Pengetahuan.....	9
1. Pengertian Pengetahuan	9
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	10
3. Pengukuran Pengetahuan	11
D. Sikap	11
1. Pengertian Sikap	11
2. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Sikap	11
3. Pengukuran Sikap	13
E. Edukasi Gizi.....	13
1. Pengertian Edukasi Gizi.....	13
2. Tujuan Edukasi Gizi	13
F. Media	14
1. Pengertian Media	14
2. Fungsi Media	14
3. Jenis-Jenis Media	14
G. Flip Chart.....	15
1. Pengertian Flip Chart	15
H. Kerangka Teori	17
I. Kerangka Konsep.....	18
J. Definisi Operasional	19
K. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Jenis dan Desain Penelitian	21
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	21
1. Lokasi Penelitian.....	21
2. Waktu Penelitian.....	21
C. Populasi dan Sampel.....	21
1. Populasi.....	21

2. Sampel.....	21
D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	24
E. Analisis Data.....	24
F. Pengolahan dan Analisis Data	27
1. Pengolahan Data	27
2. Analisis Data	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Hasil.....	29
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	29
2. Gambaran Karakteristik Sampel.....	29
B. Pembahasan	34
1. Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan Remaja Putri.....	34
2. Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Anemia Terhadap Sikap Remaja Putri.....	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi Rata – Rata Bagi Remaja	6
Tabel 2. Nilai Cut Off Points Kategori Anemia.....	7
Tabel 3. Klasifikasi Anemia Menurut Kelompok Umur.....	7
Tabel 4. Definisi Operasional	19
Tabel 5. Perhitungan Jumlah Sampel Tiap Kelas	23
Tabel 6. Distribusi Sampel Berdasarkan Umur.....	29
Tabel 7. Perbandingan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi	30
Tabel 8. Rata – Rata Nilai Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi.....	31
Tabel 9. Perbandingan Sikap Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi.....	32
Tabel 10. Rata – Rata Nilai Sikap Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi	33

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian.....	17
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian	18
Gambar 3. Rancangan Penelitian	21
Gambar 4. Tahap Intervensi.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Pernyataan Menjadi Responden.....	48
Lampiran 2. Satuan Acara Penyuluhan (SAP).....	49
Lampiran 3. Materi.....	53
Lampiran 4. Kuesioner Penelitian.....	55
Lampiran 5. Master Tabel.....	59
Lampiran 6. Hasil Olahan Data.....	74
Lampiran 7. Dokumentasi Media Flip Chart	77
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian.....	80
Lampiran 9. Bukti Bimbingan Skripsi	81
Lampiran 10. Keterangan Layak Etik	84
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian.....	85
Lampiran 12. Surat Balasan Penelitian	86