BAB V
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

SMP Negeri 22 Kota Pontianak merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang berlokasi di Jalan Purnama Komplek Agung V, Kelurahan Parit Tokaya, Kecamatan Pontianak Selatan, Provinsi Kalimantan Barat. Sekolah ini berstatus negeri di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan didirikan berdasarkan Surat Keputusan Nomor 679 tanggal 5 Mei 2007, serta memperoleh izin operasional melalui Surat Keputusan Nomor 326 tanggal 3 Agustus 2007. SMP Negeri 22 Kota Pontianak telah terakreditasi A sebagai bentuk pengakuan terhadap mutu pendidikan.



Gambar 5. Gambaran Lokasi Penelitian

Sekolah ini memiliki luas lahan sekitar 800m^2 dan dilengkapi dengan berbagai sarana prasarana seperti ruang kelas, laboratorium, perpustakaan, UKS, kantin, dan mushola, serta didukung fasilitas listrik dan akses internet (Wifi). Pada tahun ajaran 2025/2026, jumlah peserta didik tercatat sebanyak 464 siswa yang tersebar di tiga tingkat kelas. Dalam penelitian ini, subjek difokuskan pada remaja putri sebanyak 201 siswi, khususnya kelas VII sebanyak 82 siswi.

Dalam kesehariannya, siswi memperoleh asupan makanan baik dari rumah maupun lingkungan sekolah. Namun, tidak semua makanan yang dikonsumsi memenuhi prinsip gizi seimbang, sehingga berpotensi mempengaruhi kecukupan zat besi (Fe). Remaja putri merupakan kelompok rentan anemia karena peningkatan kebutuhan zat besi, terutama saat menstruasi, yang dapat diperparah oleh rendahnya pengetahuan terkait pemilihan makanan sumber zat besi. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan upaya edukasi gizi yang efektif dan inovatif. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah penggunaan media *audiobook* sebagai sarana edukasi, yang diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan asupan zat besi dalam rangka pencegahan anemia pada remaja putri.

2. Analisis Univariat

   a. Karakteristik Responden

      Pada Tabel 7 disajikan distribusi karakteristik responden berdasarkan kelas dan umur di SMPN 22 Kota Pontianak Tahun 2026 sebagai berikut.

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Kelas dan Umur Pada Siswi di SMPN 22 Kota Pontianak Tahun 2026

Karakteristik	Frekuensi	Persen (%)
Kelas		
VII A	9	19,1
VII B	9	19,1
VII C	9	19,1
VII D	8	17,0
VII E	12	25,5
Umur		
12	6	12,8
13	34	72,3
14	6	12,8
15	1	2,1
Total	**47**	**100**

Sumber: Data Primer Terolah 2026

Berdasarkan Tabel 7 sebagian besar responden berasal dari kelas VII E (25,5%), sedangkan proporsi terkecil berasal dari kelas VII D (17,0%). Berdasarkan umur, sebagian besar responden

berusia 13 tahun (72,3%), sedangkan proporsi terkecil berada pada kelompok umur 15 tahun (2,1%).

3. Uji Normalitas

Pada Tabel 8 disajikan hasil uji normalitas mengenai nilai pengetahuan dan asupan zat besi (fe) remaja putri pada *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 8. Uji Normalitas Nilai Pengetahuan dan Asupan Siswi Pada *Pre-test* dan *Post-test*

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	**df**	**Sig.**
Pretest Pengetahuan	0,979	47	0,550
Posttest Pengetahuan	0,936	47	0,013
Asupan Sebelum	0,869	47	0,000
Asupan Sesudah	0,934	47	0,003

Hasil uji normalitas yang disajikan pada Tabel 8 menunjukkan bahwa data *pre-test* pengetahuan memiliki nilai signifikan sebesar 0,550 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa data tersebut berdistribusi normal. Sementara itu, data *post-test* pengetahuan memiliki nilai signifikan sebesar 0,013 ($p < 0,05$), sehingga tidak memenuhi asumsi normalitas. Pada variabel asupan zat besi, data sebelum intervensi menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan data asupan zat besi sesudah intervensi sebesar 0,003 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa kedua data tersebut tidak berdistribusi normal. Dengan demikian, karena terdapat data yang tidak berdistribusi normal baik pada variabel pengetahuan maupun asupan zat besi, maka analisis uji beda yang digunakan adalah uji nonparametrik yaitu *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah intervensi.

4. Analisis Bivariat

a. Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi Melalui *Audiobook*

Pada bagian ini disajikan gambaran nilai pengetahuan siswi serta hasil analisis perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi melalui media *audiobook*.

Tabel 9. Deskriptif Statistik Nilai Pengetahuan Remaja Putri Pada Pre-test dan Post-test

	Pengetahuan		
Deskripsi Statistik	***Pre-test***	***Post-test***	**Selisih**
Median	67,00	83,00	16
Minimum	23,00	57,00	34
Maximum	97,00	100,00	3
Std. Deviation	16,08	11,75	4,34

Keterangan: *) *Wilcoxon Test*

Data pada Tabel 9 menggambarkan adanya peningkatan nilai pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi gizi melalui media *audiobook*. Nilai median pada saat *pre-test* sebesar 67,00 meningkat menjadi 83,00 pada saat *post-test*, dengan selisih sebesar 16. Nilai minimum meningkat dari 23,00 menjadi 57,00, sedangkan nilai maksimum meningkat dari 97,00 menjadi 100,00 setelah diberikan edukasi melalui media *audiobook*. Nilai *standar deviasi* menurun dari 16,08 menjadi 11,75, yang menunjukkan bahwa variasi nilai pengetahuan responden setelah intervensi menjadi lebih merata.

Tabel 10. Analisis Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Intervensi Edukasi Gizi Melalui Media *Audiobook*

Pengetahuan	**N**	***p-value***
Negative Ranks	5[a]	
Positive Ranks	41[b]	0,000
Ties	1[c]	
Total	47	

Keterangan: *) *Wilcoxon Test*

Pada Tabel 10 memperlihatkan bahwa hasil analisis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* terdapat perbedaan tingkat pengetahuan siswi mengenai anemia sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi melalui media *audiobook*, dengan nilai p = 0,000 ($p < 0,05$). Selain itu, hasil uji menunjukkan jumlah *Positive Ranks* sebanyak 41 responden, yang menandakan peningkatan tingkat pengetahuan setelah diberikan intervensi.

b. Perbedaan Asupan Zat Besi (Fe) pada Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Edukasi Gizi Melalui Media *Audiobook*

Pada bagian ini disajikan deskripsi asupan zat besi (Fe) siswi serta hasil analisis perbedaan asupan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi melalui media *audiobook*.

Tabel 11. Deskriptif Statistik Asupan Zat Besi Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi Melalui Media *Audiobook*

	Asupan		
Deskripsi Statistik	**Sebelum**	**Sesudah**	**Selisih**
Median	7,31	6,66	0,65
Minimum	2,31	1,99	0,32
Maximum	22,99	16,39	6,6
Std. Deviation	4,58	3,52	1,06

Keterangan: *) *Wilcoxon Test*

Pada Tabel 11 menunjukkan bahwa nilai median asupan zat besi (Fe) sebelum intervensi sebesar 7,31 mg menurun menjadi 6,66 mg sesudah intervensi, dengan selisih sebesar 16. Nilai minimum menurun dari 2,31 mg menjadi 1,99 mg, sedangkan nilai maksimum menurun dari 22,99 gram menjadi 16,39 mg setelah diberikan edukasi gizi melalui media *audiobook*. Nilai *standar deviasi* menurun dari 4,58 mg menjadi 3,52 mg, yang menunjukkan bahwa variasi nilai variasi nilai asupan zat besi siswi setelah intervensi menjadi lebih kecil atau merata.

Tabel 12. Analisis Perbedaan Asupan Zat Besi Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Intervensi Edukasi Gizi Melalui Media *Audiobook*

Asupan Zat Besi	**N**	***p-value***
Negative Ranks	24[d]	
Positive Ranks	22[e]	0,127
Ties	1[f]	
Total	47	

Keterangan: *)*Wilcoxon Test*

Pada Tabel 12 menunjukkan bahwa hasil analisis menggunakan *Wilcoxon signed Rank Test* diperoleh nilai $p = 0{,}127$ ($p > 0{,}05$), sehingga tidak terdapat perbedaan asupan zat besi (Fe) siswi sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi melalui media *audiobook*. Hasil *Negative Ranks* sebanyak 24 siswi menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan asupan zat

besi setelah intervensi, namun perubahan tersebut tidak signifikan secara statistik.

B. Pembahasan

1. Pengaruh Media *Audiobook* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Anemia

Pengetahuan mengenai anemia merupakan salah satu aspek penting dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Pendidikan kesehatan diperlukan untuk membantu meningkatkan pemahaman remaja mengenai anemia dan pentingnya pencegahan anemia sejak dini. Menurut (Notoatmodjo, 2012), media pendidikan kesehatan berfungsi sebagai alat bantu dalam proses penyampaian informasi kesehatan agar pesan yang diberikan lebih mudah diterima oleh sasaran pendidikan. Salah satu media yang dapat digunakan dalam edukasi kesehatan adalah media audio seperti *audiobook*.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi gizi melalui media *audiobook* terhadap tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Hal ini ditunjukkan oleh hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan nilai *p-value* sebesar 0,00 ($p < 0,05$). Selain itu, terjadi peningkatan nilai median pengetahuan dari 67,00 pada saat *pre-test* menjadi 83,00 pada saat *post-test*. Peningkatan nilai median tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman responden mengenai anemia dan pencegahannya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rindayani et al., 2023) yang menyatakan bahwa penyampaian informasi melalui media edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan responden secara signifikan. Penelitian oleh (Umami et al., 2022) juga menunjukkan bahwa penggunaan media audio visual dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan pada remaja. Selain itu, penelitian (Ernawati, 2023) menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai anemia memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia. Hasil tersebut menunjukkan

bahwa penggunaan media edukasi yang sesuai dapat membantu meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kesehatan pada remaja.

Peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi terjadi karena adanya proses penerimaan informasi baru yang memengaruhi domain kognitif responden. Menurut teori perilaku kesehatan dari Notoatmodjo (2012), pengetahuan merupakan tahap awal dalam pembentukan perilaku kesehatan seseorang. Semakin baik pengetahuan individu mengenai suatu masalah kesehatan, maka semakin besar kemungkinan individu tersebut untuk memahami pentingnya perilaku pencegahan terhadap masalah kesehatan tersebut. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan mengenai anemia pada penelitian ini menjadi salah satu langkah awal yang penting dalam mendukung pencegahan anemia pada remaja putri.

2. Pengaruh Media *Audiobook* Terhadap Asupan Zat Besi (Fe) Remaja Putri

Asupan zat besi merupakan salah satu komponen penting dalam pencegahan anemia pada remaja putri karena zat besi berperan dalam pembentukan hemoglobin yang berfungsi mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Kebutuhan zat besi pada remaja putri relatif lebih tinggi dibandingkan remaja putra karena adanya proses pertumbuhan serta kehilangan darah selama menstruasi, sehingga remaja putri lebih rentan mengalami anemia defisiensi besi (Restuti & Susindra, 2016). Menurut Almatsier (2001), kekurangan asupan zat besi dalam jangka panjang dapat menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dan meningkatkan risiko anemia. oleh karena itu, pemenuhan asupan zat besi yang cukup sangat diperlukan untuk menjaga status kesehatan remaja putri.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh edukasi gizi melalui media *audiobook* terhadap asupan zat besi (Fe) remaja putri. Hal ini ditunjukkan oleh hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan nilai *p-value* sebesar 0,127 ($p > 0,05$). Secara deskriptif, nilai median asupan zat besi sebelum intervensi sebesar 7,31

mg dan sesudah intervensi menjadi 6,66 mg. Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi tidak berpengaruh secara bermakna terhadap asupan zat besi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Atmaka et al., 2020) yang menunjukkan bahwa perubahan pola konsumsi makanan pada remaja putri tidak terjadi secara cepat meskipun responden telah memperoleh informasi terkait anemia dan zat besi. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa perilaku konsumsi makanan memerlukan proses adaptasi yang dipengaruhi oleh kebiasaan makan sehari-hari serta lingkungan responden.

Perubahan pengetahuan yang terjadi setelah pemberian edukasi tidak selalu diikuti secara langsung oleh perubahan perilaku konsumsi makanan. Menurut Notoatmodjo (2012), perubahan perilaku kesehatan dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung, seperti lingkungan, kebiasaan, dan dukungan sosial. Selain itu, Gibson (2005) menyatakan bahwa pola konsumsi makanan dipengaruhi oleh ketersediaan pangan, kebiasaan makan keluarga, preferensi makanan, dan kondisi ekonomi. Kondisi tersebut menyebabkan responden belum sepenuhnya mampu menerapkan informasi gizi yang telah diperolah ke dalam pola konsumsi sehari-hari. Akibatnya, peningkatan pengetahuan belum secara langsung diikuti dengan peningkatan asupan zat besi remaja putri.

Secara teoritis menurut Notoatmodjo (2012), perubahan perilaku tidak terjadi secara instan setelah seseorang memperoleh pengetahuan, melainkan memerlukan proses dan penguatan secara berkelanjutan. Sejalan dengan teori tersebut, hasil penelitian ini menunjukkan adanya kesenjangan antara peningkatan domain pengetahuan (*knowledge*) dan perubahan perilaku (*practice*). Meskipun responden telah memperoleh informasi mengenai anemia dan pentingnya konsumsi zat besi, perubahan perilaku konsumsi memerlukan proses yang lebih panjang. Oleh karena itu, edukasi melalui media *audiobook* belum sepenuhnya mampu mengubah pola konsumsi zat besi pada remaja putri.