

Game Edukasi Monopoli Anemia (Gema) Sebagai Media Penyuluhan Tentang Anemia Di Posyandu Remaja Fresh

Dewi Mey Lestanti Mukodri*¹, Rahmadona², Tiyara Safitri³, Neny San Agustina⁴

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang

⁴Poltekkes Kemenkes Jayapura

Email Penulis Korespondensi (*): misyahla@gmail.com

Abstrak

Masalah gizi khususnya di negara berkembang termasuk Indonesia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat. Salah satu masalah gizi yang sering terjadi adalah anemia. Sekitar 80-90% anemia dapat terjadi pada anak usia prasekolah, ibu saat hamil dan menyusui, serta remaja terutama remaja putri. Remaja membutuhkan nutrisi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Upaya untuk meningkatkan kesadaran kesehatan salah satunya dengan pendidikan kesehatan melalui media. Media massa yang digunakan dalam penyuluhan dapat membantu masyarakat memperoleh informasi berdasarkan kemampuan panca inderanya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mensosialisasikan dan meningkatkan pengetahuan tentang anemia khususnya bagi remaja putri melalui Media Inovasi Edukasi Kesehatan Anemia Monopoly Education Game (GEMA). Metode aktivitas dilakukan dengan melakukan pre-test dan presentasi terkait game sebanyak 3 kali, bermain game, kemudian mengamati dan mengevaluasi kegiatan, dan terakhir post-test. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang anemia meningkat melalui permainan Monopoli. Nilai rata-rata informasi sebelum interaksi media GEMA yaitu $4,25 \pm 1,658$, dan setelah aktivitas permainan GEMA mengalami perubahan yaitu $8,12 \pm 0,768$. Hasil uji Wilcoxon diperoleh $p = 0,000$ ($\alpha = 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan skor rerata data anemia setelah kegiatan permainan monopoli. Kesimpulan: Media Inovasi Edukasi Kesehatan Anemia Monopoly Learning Game (GEMA) telah disosialisasikan dan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pentingnya pencegahan anemia melalui Anemia Monopoly Learning Game (GEMA).

Kata Kunci: Anemia, Game, Media Penyuluhan.

Abstract

Nutritional problems, especially in developing countries including Indonesia, are still a public health problem. One of the most common nutritional problems is anemia. About 80-90% of anemia can occur in preschool children, mothers during pregnancy and lactation, and adolescents, especially adolescent girls. Adolescents need optimal nutrition for their growth and development. Efforts to increase health awareness include health education through the media. Mass media used in counseling can help people obtain information based on the ability of their five senses. This community service activity aims to socialize and increase knowledge about anemia, especially for adolescent girls through the Anemia Health Education Innovation Media Monopoly Education Game (GEMA). The activity method is carried out by conducting a pre-test and presentation related to the game 3 times, playing the game, then observing and evaluating the activity, and finally the post-test. Results: The results showed that adolescents' knowledge about anemia increased through the Monopoly game. The average value of information before GEMA media interaction was 4.25 ± 1.658 , and after the GEMA game activity experienced a change of 8.12 ± 0.768 . The Wilcoxon test results obtained $p = 0.000$ ($\alpha = 0.05$), so it can be concluded that there is a difference in the mean score of anemia data after the Monopoly game activity. Conclusion: Anemia Monopoly Learning Game (GEMA) Health Education Innovation Media has been socialized and can increase the knowledge of adolescent girls about the importance of anemia prevention through the Anemia Monopoly Learning Game (GEMA).

Keywords: Anemia, Games, Extension Media.

PENDAHULUAN

Masalah Gizi terutama di Negara berkembang termasuk di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan bagi masyarakat (Mukodri, 2020). Anemia merupakan salah satu masalah Gizi yang sering terjadi (Wibowo, 2013). Anemia terjadi disebabkan akibat adanya defisiensi besi. Anemia pada remaja dengan prevalensi sebesar 27% terjadi di negara berkembang dan 6% di negara maju. Prevalensi anemia berkisar antara 80- 90% terjadi pada anak-anak prasekolah, ibu hamil dan menyusui juga pada remaja (Suryani, 2016).

Remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa dengan adanya sejumlah tanda perubahan pada biologis, kognitif, dan juga perubahan emosional. Remaja sangat membutuhkan asupan zat gizi yang baik untuk pemenuhan pertumbuhan dan perkembangannya (Indartanti, 2014). Apabila zat gizi tidak terpenuhi maka dapat menyebabkan anemia. Remaja sering mengalami anemia defisiensi karena sangat dibutuhkan dalam proses pertumbuhan. Anemia defisiensi zat besi lebih banyak terjadi pada remaja putri daripada remaja putra. Berdasarkan data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 2004 presentase anemia gizi pada remaja putri kisaran usia 10-18 tahun sebanyak 57,1%. Remaja putri lebih banyak melakukan diet sehingga dapat menyebabkan berkurangnya asupan zat gizi termasuk salah satunya zat besi. Selain itu pada remaja perempuan akan mengalami adanya siklus menstruasi yang terjadi setiap bulan, dan ini menjadi salah satu faktor penyebab remaja putri akan mudah mengalami anemia defisiensi besi (Indartanti, 2014).

Beberapa faktor yang dapat memengaruhi anemia kurang besi antara lain kurangnya asupan sumber makanan hewani yang merupakan salah satu sumber makanan zat besi dimana mudah diserap (*heme iron*), sedangkan bahan makanan nabati (*non-heme iron*) merupakan sumber zat besi yang tinggi namun sulit diserap sehingga dibutuhkan porsi yang besar untuk dapat mencukupi kebutuhan zat besi dalam sehari-hari. Berbagai faktor juga dapat memengaruhi terjadinya anemia gizi besi, antara lain pola haid, pengetahuan tentang anemia, dan status gizi (Indartanti, 2014).

Perilaku seseorang dapat diukur berdasarkan pengetahuan. Pengetahuan mengenai kesehatan dapat ditingkatkan dan dikenalkan melalui suatu kegiatan penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan merupakan suatu kegiatan dimana memberikan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa untuk melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Agar hasil yang akan dicapai maksimal maka perlu menggunakan metode dan media penyuluhan yang tepat sesuai sasaran penyuluhan (Aeni, 2018).

Media penyuluhan atau alat peraga dapat membantu masyarakat dalam menerima informasi berdasarkan kemampuan penerimaan pancaindera. Penerimaan masyarakat akan semakin baik jika semakin banyak indera yang digunakan karena salah satu indikator keberhasilan penyuluhan ialah adanya penambahan atau peningkatan pada pengetahuan yang juga akan dapat merubah perilaku yang lebih baik (Kapti dkk, 2013).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mardiah dkk tahun 2021 tentang pengaruh *Game* Edukasi Monopoli Anemia (GEMA) sebagai salah satu media inovasi *Health Education* terhadap perilaku remaja putri tentang anemia di Wilayah kerja Puskesmas Kota Tanjungpinang, didapatkan hasil bahwa ada pengaruh penggunaan Gema sebagai media *health education* terhadap pengetahuan remaja tentang anemia di wilayah kerja puskesmas Kota Tanjungpinang tahun 2021.

Penanggulangan anemia selama ini hanya terprogram pada ibu hamil, padahal remaja putri merupakan calon ibu yang harus diperhatikan kesehatannya agar dapat melahirkan bayi yang sehat sehingga kelak tumbuh dan berkembang menjadi sumber daya manusia yang tangguh dan berkualitas (Suryani, 2016). Anemia dapat ditanggulangi dengan cara mengatasi penyebabnya. Sedangkan upaya pencegahan dan penanggulangan anemia yang diakibatkan karena kekurangan konsumsi besi pada remaja yaitu dapat memberikan pendidikan atau penyuluhan gizi dengan harapan dapat meningkatkan konsumsi besi dan sumber alami, terutama dalam konsumsi sumber hewani yang mudah diserap seperti hati, ikan daging, dan lain-lain (Proverawati, 2017).

Remaja masih termasuk pada kategori usia anak yang masih senang untuk bermain. maka perlu suatu inovasi pada media penyuluhan kesehatan terutama pada remaja dengan metode permainan simulasi (*simulation game*). Hal ini sesuai hasil penelitian yang dilakukan oleh Khoirani, Albiner Siagian, dan Fitri Ardiani (2012) bahwa pemberian promosi kesehatan dengan menggunakan media permainan dapat memberikan perbedaan tindakan antara sebelum dan sesudah perlakuan, begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Nanda Aditya Rizki (2012) juga membuktikan bahwa metode *simulation game* lebih berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan mengenai KRR (Kesehatan Reproduksi Remaja) dibandingkan dengan metode *Focus Group Discussion* (Khamidah, 2011).

Permainan (*game*) digunakan dalam penyampaian suatu informasi kepada masyarakat dengan menggunakan simbol atau alat komunikasi lainnya. Permainan dapat melihat kepiawaian pemain. Permainan dapat juga memperlihatkan situasi atau masalah kepada para masyarakat (Sudjana, 2011). Pendidikan kesehatan yang diberikan melalui suatu permainan (*game*) memiliki keunggulan yakni Permainan dapat menumbuhkan perasaan gembira dan tidak melelahkan dalam belajar, terdapat suatu kompetisi dan ingin menang yang dirasakan oleh para pemain. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Afifah (2015), bahwa permainan SHART JOURNEY (inovasi permainan monopoli) efektif meningkatkan pengetahuan tentang HIV/AIDS pada remaja.

Berdasarkan data dan laporan tersebut penulis telah melakukan penelitian tentang *Game* Edukasi Monopoli Anemia (GEMA) sebagai salah satu media inovasi *Health Education* yang dapat memengaruhi pengetahuan remaja tentang anemia di Wilayah kerja Puskesmas Kota Tanjungpinang Tahun 2021, dimana hasil penelitian terdapat pengaruh penggunaan Gema sebagai media *health education* terhadap pengetahuan remaja tentang anemia, sehingga menjadi dasar penulis untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat terutama remaja putri agar lebih memahami akan pentingnya pencegahan anemia.

METODE

Kegiatan diawali dengan peninjauan/permohonan izin pelaksanaan pengabdian kepada kepala Puskesmas Batu 10 untuk menetapkan tanggal, waktu dan tempat kegiatan dilaksanakan. Pada saat pelaksanaan kegiatan, dilakukan pre test sebelum penyuluhan, dan setelah penyuluhan dilakukan post test untuk mengevaluasi pemahaman remaja putri terhadap materi yang diberikan, kemudian melakukan sosialisasi terkait dengan penggunaan GEMA.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan sosialisasi mengenai *Game* Edukasi Monopoli (GEMA) pada Remaja Putri di Posyandu Remaja Fresh tanggal 29 Juli-2 Agustus 2022 dalam kurun waktu 1 minggu. Alat bantu yang digunakan yaitu permainan monopoli yang sudah di modifikasi dengan

menambahkan beberapa informasi mengenai anemia dan kuesioner untuk mengukur keberhasilan kegiatan sosialisasi. Sasaran pada kegiatan ini adalah remaja putri sebanyak 30 orang. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi yaitu: 1. Seluruh remaja putri diminta untuk mengisi form kuesioner sebagai *pre-test* dalam mengukur pengetahuan remaja putri sebelum permainan GEMA dimulai 2. Kegiatan permainan GEMA yang terbagi atas 3 kelompok bermain 3. Remaja Putri diminta untuk mengisi form kuesioner sebagai *post-test* untuk mengukur pengetahuan 1 minggu setelah kegiatan sosialisasi dilaksanakan.



Gambar 1. Sosialisasi kepada Remaja tentang GEMA



Gambar 2. Simulasi Permainan GEMA



Gambar 3. Kegiatan Sosialisasi GEMA di Posyandu Remaja

Penilaian efektifitas media permainan GEMA juga dilakukan dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* remaja putri menggunakan uji *Paired T-test* dengan alternatifnya uji *Wilcoxon*. Berdasarkan hasil *pre-test* didapatkan bahwa 63,4% remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang mengenai anemia dan sebanyak 73,4% remaja putri memiliki pengetahuan baik setelah kegiatan permainan GEMA. Hasil perubahan pengetahuan responden dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1 Distribusi Pengetahuan Remaja Putri mengenai Anemia

Kategori	Variabel	Hasil Test					
		Pre Test			Post Test		
		Median	n	%	Median	n	%
Pengetahuan	Kurang (< 60%)	-	19	63,4	-	0	-
	Cukup (60-79%)	-	7	23,3	-	8	26,6
	Baik (>80%)	-	4	13,3	-	22	73,4

Rata-rata nilai pengetahuan sebelum kegiatan sosialisai dengan media permainan GEMA dapat dilihat pada tabel 2 yaitu $4,25 \pm 1,658$ dan mengalami perubahan setelah kegiatan permainan monopoli yaitu $8,12 \pm 0,768$.

Tabel 2. Perubahan Pengetahuan tentang anemia pada remaja putri

Variabel	Intervensi	Rata-Rata \pm SD	Z	P Value
Pengetahuan	sebelum	$4,25 \pm 1,658$	-	
	sesudah	$8,12 \pm 0,768$	6,062	0,000

Hasil Uji Wilcoxon didapatkan nilai $p = 0,000$ ($\alpha = 0,05$) maka diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor rata-rata pengetahuan tentang anemia setelah kegiatan permainan GEMA. Berdasarkan hasil diatas maka diketahui bahwa media merupakan suatu komponen yang memang penting dalam proses komunikasi. Setiap remaja putri memiliki sifat unik ditambah dengan lingkungan dan pengalaman berbeda, permasalahan tersebut dapat diatasi dengan media yaitu pada kemampuan dalam memberikan suatu rangsangan yang sama, memberikan pengalaman, menimbulkan persepsi yang sama. Monopoli dipilih karena dengan media ini dapat melatih daya ingat remaja putri dalam menguasai konsep suatu materi, melatih dan juga dapat mendorong keberanian remaja putri agar dapat mengungkapkan pendapatnya, serta melatih penguasaan dan pemahaman konsep terhadap suatu materi (Edlin, 2011).

Media dapat membantu dalam mencapai suatu tujuan pendidikan dengan adanya perubahan pada perilaku yang mana salah satunya terkait dengan sikap. Untuk mencapai tingkat efisien dan efektivitas yang baik dalam proses belajar, salah satunya usaha yang perlu dilakukan ialah mengurangi sistem penyampaian bahan ajar yang bersifat verbalistik dengan mengembangkan suatu media dalam alat bantu maupun sumber belajar. Belajar sambil bermain dapat memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk memanipulasi, mempraktekan, dan mendapatkan bermacam-macam konsep serta pengertian yang tidak terhitung banyaknya. Untuk membantu terjadinya perubahan perilaku terutama dalam hal bertindak, media memiliki peranan yang sangat besar pada proses belajar mengajar. Media mempunyai berbagai kelebihan antara lain membuat konsep yang abstrak dan kompleks menjadi sesuatu yang nyata, sederhana, sistematis dan jelas.

Menurut Sawka (2012), pengalaman yang melibatkan penglihatan, sentuhan, rasa atau gerakan umumnya sangat jelas dalam memori kita, dan jika menyangkut lebih dari satu indera atau pengalaman akan menjadi lebih mudah diingat. Media permainan yang digunakan sebagai bahan untuk merubah perilaku memberikan kesempatan kepada remaja untuk mempraktekan dan mendapatkan bermacam-macam konsep serta pengertian yang tidak terhitung banyaknya. Media pembelajaran dengan permainan dapat merangsang untuk belajar sesuatu yang baru dan memberikan pengalaman yang menyenangkan kepada remaja.

KESIMPULAN

Pengabdi telah melakukan sosialisasi penggunaan Media Inovasi *Health Education Game* Edukasi Monopoli Anemia (GEMA) pada remaja putri serta adanya peningkatan pengetahuan remaja putri akan pentingnya pencegahan anemia melalui media *Game*

Edukasi Monopoli Anemia (GEMA) dengan rata-rata nilai pengetahuan sebelum kegiatan sosialisai dengan media permainan monopoli yaitu $4,25 \pm 1,658$ dan mengalami perubahan setelah kegiatan permainan monopoli yaitu $8,12 \pm 0,768$. Hasil Uji Wilcoxon didapatkan nilai $p = 0,000$ ($\alpha = 0,05$) maka didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor rata-rata pengetahuan tentang anemia setelah kegiatan permainan GEMA. Upaya yang dapat dilakukan dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia salah satunya dengan dibuatnya kegiatan yang berkelanjutan dari program-program yang telah ada khususnya dengan metode permainan ini melalui posyandu-posyandu yang tersebar di wilayah kerjanya. Selain itu dapat memperbaharui GEMA ini dengan menambahkan fitur kebutuhan Gizi/ gizi seimbang pada remaja yang bisa disampaikan melalui pesan singkat secara berkelanjutan oleh para pakar kesehatan.

REFERENSI

- Adriani, M dan Bambang W. (2012). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Kencana: Jakarta.
- Badriah. (2014). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. PT Refika Aditama: Bandung.
- Cahya Daris Tri Wibowo, Harsono Notoatmojo, Afiara Rohmani. (2013). Hubungan antara status gizi dengan anemia pada remaja putri di sekolah menengah pertama muhammadiyah 3 Semarang. *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah Vol 1 No 2*.
- Citra Kesumasari. (2012). *Anemia Gizi Masalah dan Pencegahannya*. Kalika: Yogyakarta.
- Dahro, A. (2012). *Analisis Perilaku wanita untuk kesehatan*. Salemba Medika: Jakarta.
- Dea Indartanti, Apoina Kartini. (2014). Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Journal of Nutrition College Vol 3 Nomor 2*.
- Desri Suryani, Riska Hafiani, Rinsesti Junita. (2016). Analisis pola makan dan anemia gizi besi pada remaja putri kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas Vol 10 No 1*.
- Dewi Mey Lestanti Mukodri, Rita Ridayani, Neny Sans Agustina, Jusuf Kristianto, Muslim. (2020). Penggunaan media edukasi Gizi Aplikasi *Electronic Diary Food* (EDIFO) dan metode penyuluhan serta pengaruhnya terhadap pengetahuan ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Vol 14 Nomor 1*.
- Kumalasari, A. (2012). *Kesehatan reproduksi*. Salemba Medika: Jakarta.
- Kusmiran. E. (2011). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Salemba medika: Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Laporan Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta.
- Kholid. A. (2015). *Promosi Kesehatan*. PT Raja Grafindo Persada: Jakarta.
- Martini. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MAN 1 METRO. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Mawai. Vol. 8(1)* Edisi Juni.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. PT.Rineka Cipta: Jakarta.
- Proverawati. A. (2015). *Buku ajar gizi untuk kebidanan*. Mutia Mediak: Yogyakarta.
- Rahmi, Nur. (2014). Hubungan Asupan Zat Besi (Fe) dan Infeksi Kecacingan Terhadap Kejadian Anemia pada Anak Jalanan di Kecamatan Mariso Kota Makassar. *UIN Alauddin Makassar*
- Riyanto. (2011). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Jakarta: EGC
- Silistiyaningsih, Haryani. (2011). *Gizi untuk kesehatan ibu dan anak*. Yokyakarta: Graha Ilmu
- WHO. (2013). *World Health Statistic*. World Health Organization.