



**PENGARUH PENYULUHAN GIZI SEIMBANG PADA REMAJA PUTRI TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN ISLAM NW
PENIMBUNG**

Oleh
Imtihanatun Najahah
Poltekes Kementerian Kesehatan Mataram

Abstract

Nutritional problems in adolescents appears due to nutritional intake is not good, that the imbalance between nutritional intake with the recommended dietary allowance. This study aimed to determine the effect of balanced nutrition counseling at adolescent girls on the level of knowledge in Islamic Boarding School Penimbung NW. Researchers used an experimental method. The instruments used by researchers in this study is about the test. Treatment was given to 25 students which is a combination of junior and senior high school student. Sampling is done by method, non-probability sampling where not all students have the same opportunity and taken by accidental sampling, samples taken are middle and high school students Islamic Boarding School Penimbung NW who come to follow the balanced nutrition counseling in adolescent girls. Data were analyzed statistically tested by Wilcoxon.

The research found that the results of pre-test and post-test detect any difference between the average value of the student prior to illumination with the value of the average student after counseling that is from 33.2% to 65.5%. From the statistical test showed that there is a significant difference between prior knowledge with the extension after extension with value of significancy 0.000 ($p < 0.05$). So we need extension activities on nutritional balance in adolescent girls in every junior and senior high school in order to increase their knowledge in the hope that they can implement the behavior of sound in everyday life so that the nutrition problem when a pregnant woman can be prevented

Keyword: Counseling, Nutrition Balanced, Girls adolescents.

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada remaja muncul dikarenakan asupan gizi yang belum baik, yaitu ketidakseimbangan antara asupan gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan. Masalah gizi yang dapat terjadi pada remaja adalah gizi kurang (*under weight*), obesitas (*over weight*) dan anemia. Gizi kurang terjadi karena jumlah konsumsi energi dan zat-zat gizi lain tidak memenuhi kebutuhan tubuh. (Irine C, 2009). Secara nasional status gizi remaja usia 13-15 tahun dikelompokkan menjadi pendek (Tinggi Badan menurut Umur), dan IMT/U (Indek Massa Tubuh menurut Umur). Prevalensi remaja usia 13-15 tahun yang pendek di Indonesia sebesar 35,1 % dan prevalensi kurus pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 11,1 % sedangkan prevalensi gemuk

sebesar 10,8 %. (Risikesdas, 2013). Hasil survey Risikesdas 2013 memperlihatkan bahwa anemia secara umum di Indonesia masih tinggi sebesar 22.7% pada remaja putri usia 13-18 tahun. Bila dijabarkan berdasarkan tempat tinggal yakni perkotaan sebesar 17.3% dan pedesaan sebesar 18.5%. (BPPK, 2013).

Status gizi baik di usia remaja sangat diperlukan terutama remaja putri agar di masa kehamilannya nanti sehat dan pertambahan berat badannya adekuat. Seorang remaja putri dengan ukuran Lingkar Lengan Atas (LLA) kurang dari 23.5 cm berisiko terjadinya keadaan Kurang Energi Kronik (KEK) sehingga memberikan kontribusi kurang baik terhadap kenaikan berat badan selama hamil. Ibu yang mempunyai riwayat kekurangan berat



badan cenderung melahirkan lebih cepat (premature) serta berisiko bagi kelangsungan hidup ibu dan bayinya (Moore, 1997)

Berdasarkan data status gizi janin dalam kandungan dipengaruhi oleh status gizi ibu hamil, bahkan status gizi ibu pada saat sebelum hamil. Kurang gizi pada wanita usia subur (WUS) yang disebut kurang energi kronis (KEK) ditandai dengan lingkaran atas (LILA) kurang dari 23,5 cm, sehingga ibu tersebut mempunyai risiko melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR) karena sejak dalam kandungan janin sudah mengalami kegagalan pertumbuhan janin (*foetal growth retardation*). (BAPPENAS, 2011).

Penyebab kurang gizi berawal dari akar masalah nasional berupa krisis ekonomi, politik dan sosial, dampak yang ditimbulkan dari akar permasalahan tersebut adalah timbulnya pengangguran, kurang pangan dan kemiskinan. Dampak dari keadaan ini di masyarakat yaitu kurangnya pemberdayaan wanita, keluarga dan pemanfaatan sumberdaya masyarakat sehingga terjadi kurang pendidikan, pengetahuan dan keterampilan sehingga terjadi kurang gizi. Kurang gizi disebabkan dua faktor yaitu penyebab langsung dan penyebab tidak langsung, penyebab langsung terdiri dari makan tidak seimbang dan penyakit infeksi dan penyebab tidak langsung terdiri dari tidak cukup persediaan pangan, pola asuh anak tidak memadai, sanitasi dan air bersih/pelayanan kesehatan dasar tidak memadai, (Unicef, 1998 dalam Atmarita & Fallah, 2004).

Dari uraian di atas salah satu faktor yang berkaitan dengan masalah gizi adalah pengetahuan. Pengetahuan merupakan hasil "tahu" dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek dan sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga menurut Notoatmodjo, 2003 dalam Wawan A dkk, 2010. Salah satu faktor yang mempengaruhi

pengetahuan adalah pendidikan. Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup, dan dari pendidikan ini seseorang akan mendapatkan informasi salah satu media untuk menyampaikan dan mendapatkan informasi adalah penyuluhan. Penyuluhan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya kearah positif terhadap kesehatan. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan penambahan pengetahuan yang diperuntukkan bagi masyarakat melalui penyebaran pesan yang bertujuan untuk mencapai tujuan hidup sehat dengan cara mempengaruhi perilaku masyarakat baik itu secara individu ataupun kelompok dengan menyampaikan pesan. (Maulana & Heri D.J, 2009).

Untuk mendapatkan hasil pengetahuan yang maksimal maka penyampaian materi dilakukan dengan berbagai metode dan media. Metode yang digunakan dalam pemberian materi gizi seimbang pada remaja putri ini menggunakan media video dan brosur. Media pembelajaran video adalah alat yang digunakan untuk menyampaikan materi pembelajaran melalui tayangan gambar bergerak yang diproyeksikan membentuk karakter yang sama dengan obyek aslinya. Media video pembelajaran dapat digolongkan ke dalam jenis media *audio visual aids* (AVA) atau media yang dapat dilihat dan didengar. Penggunaan media pembelajaran video mampu memberikan respon positif dari siswa. Siswa termotivasi untuk belajar dan mampu meningkatkan pemahamannya terhadap materi pelajaran yang disampaikan. (Fechera, dkk, 2012). Dalam penelitian ini materi video yang ditampilkan adalah video bagaimana manfaat dari gizi seimbang pada remaja putri yang berisi ilustrasi penerapan atau praktik gizi seimbang pada remaja putri, metode ini digunakan karena

<http://ejurnal.binawakya.or.id/index.php/MBI>



memiliki beberapa keuntungan dalam proses pembelajaran seseorang diantaranya yaitu dapat meningkatkan hasil belajar yang lebih baik, seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Johari A, dkk pada tahun 2014 yang menunjukkan hasil bahwa berdasarkan data hasil tes praktek pada aspek psikomotorik, siswa yang belajar menggunakan media videolebih baik dengan interpretasi terampil daripada media animasi yang memiliki interpretasi cukup terampil. Hasil tes praktek pada aspek afektif menunjukkan hal yang sama dimana siswa yang belajar menggunakan media video lebih baik dengan interpretasi positif daripada media animasi yang memiliki interpretasi netral. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa siswa yang belajar menggunakan media video lebih memahami langkah-langkah yang harus dilakukan karena media video mampu memvisualisasikan langkah-langkah yang sebenarnya terjadi oleh subjek (manusia) terhadap objek asli (benda dan alat kerja) yang ditampilkan melalui layar monitor, LCD atau proyeksi dari proyektor. (Johari dkk, 2014).

Para remaja terutama remaja putri perlu untuk diberikan pendidikan terkait dengan gizi seimbang untuk menambah pengetahuan mereka karena dengan pengetahuan tentang gizi akan memberikan bekal pada remaja bagaimana memilih makanan yang sehat dan mengerti bahwa makanan berhubungan erat dengan gizi dan kesehatan. Pada remaja putri memerlukan perhatian khusus dalam hal kesehatan, karena pada masa ini merupakan masa tumbuh kembang dan persiapan untuk menjadi seorang ibu, aktivitas sekolah maupun berbagai aktifitas organisasi dan ekstrakurikuler yang tinggi akan berdampak pada pola makan yang tidak teratur, selain itu sikap remaja yang selalu mengkonsumsi minuman yang menghambat absorpsi zat besi akan mempengaruhi kadar hemoglobin seseorang. (Sumadiyono, 2013).

Masalah gizi kurang juga dapat terjadi pada kelompok usia produktif, yang dapat diukur dengan Lingkar Lengan Atas kurang dari 23,5

cm (LILA < 23,5 cm). Ukuran ini merupakan indikator yang menggambarkan resiko Kekurangan Energi Kronis (KEK). Secara nasional, proporsi LILA < 23,5 cm menurun dari 24,9 persen pada 1999 menjadi 16,7 persen pada 2003. Pada umumnya WUS kelompok usia muda memiliki prevalensi KEK lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lebih tua. WUS dengan resiko KEK mempunyai resiko melahirkan bayi BBLR. Masalah gizi juga dapat ditunjukkan oleh prevalensi anemia. Survei nasional tahun 2001 menunjukkan prevalensi anemia pada WUS kawin, WUS tidak kawin, dan ibu hamil masing-masing sebesar 26,9 persen, 24,5 persen dan 40 persen. (BPPN, 2007).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi seimbang pada remaja terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di Pondok Pesantren Islam NW Penimbung.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan ini merupakan penelitian eksperimen dengan bentuk rancangan “ *One Group Pre test – Post test* “. Penelitian ini mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. Sebelum dilakukan intervensi untuk mengetahui hubungan sebab akibat, dilakukan pre tes untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja tentang gizi seimbang pada remaja putri. Setelah intervensi, berupa penyuluhan tentang gizi seimbang pada remaja putri, responden diberikan post tes dengan soal yang sama.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswi Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan siswi Sekolah Menengah Atas (SMA) Pondok Pesantren Islam NW Penimbung. Pengambilan sample dilakukan dengan metode non *probability sampling*, dimana tidak semua mahasiswa memiliki kesempatan yang sama dan diambil dengan cara *Accidental Sampling*, sampel yang diambil adalah siswi SMP dan SMA Pondok Pesantren



Islam NW Penimbung yang datang untuk mengikuti penyuluhan gizi seimbang pada remaja putri. Jumlah responden yaitu sejumlah 25 orang.

Variabel yang dihubungkan dalam penelitian ini adalah skor pengetahuan dengan waktu pengukuran. Adapun parameter yang diamati pada penelitian ini meliputi : a. pre test, pre test dilakukan untuk menilai pengetahuan awal siswa. Pre test diberikan sebelum dilakukan proses penyuluhan kemudian dilakukan penilaian terhadap hasil. b. Post test, Post test dilakukan untuk melihat besarnya tingkat perbedaan hasil belajar setelah dilakukan penyuluhan. Post test diberikan setelah dilakukan proses pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran yang diteliti, pertanyaan yang diberikan sama dengan pertanyaan pre test, kemudian hasilnya dinilai. c. Hasil belajar setelah dilakukan penyuluhan tentang gizi seimbang pada remaja putri dihitung dengan penskoran kembali. Selanjutnya dibandingkan nilai rata-ratanya dan dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon.

Data yang diambil oleh penulis untuk melakukan penelitian adalah data primer. Pengumpulan data primer dilakukan dengan penggunaan test untuk mengukur pencapaian hasil suatu pembelajaran melalui penyuluhan. Jadi pengumpulan data diperoleh dengan menggunakan pre test dan post test yaitu dilakukan untuk mengetahui pencapaian hasil penyuluhan siswa. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah test prestasi hasil belajar untuk mengukur kemampuan siswa dalam menguasai materi gizi seimbang pada remaja putri. Penyusunan instrument dengan berdasarkan tujuan penyuluhan.

Test ini dilakukan dua kali yaitu sebelum (test awal) dan sesudah (test akhir) materi yang diajarkan. Soal-soal test ini berbentuk test objektif dengan lima alternative jawaban dan metode yang digunakan adalah *correction for guessing*. Test awal dan test akhir yang digunakan merupakan test prestasi belajar yang

sama, dimaksudkan supaya perubahan pengetahuan dan pemahaman yang terjadi benar-benar diakibatkan kedua test tersebut, yaitu test awal dan test akhir. Jumlah soal yang diberikan adalah sejumlah sepuluh soal dengan distribusi topik meliputi masalah gizi remaja putri, dan gizi seimbang pada remaja putri terkait dengan porsi konsumsi gula dalam sehari, garam, minyak, air, buah-buahan dan aktivitas fisik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian mengenai pengaruh penyuluhan gizi seimbang terhadap pengetahuan remaja putri dengan jumlah sampel sebanyak 25 siswa. Hasil tes awal diperoleh nilai rata-rata sebesar 33,2 atau 33,2%. Setelah diberikan materi penyuluhan diperoleh rata-rata nilai post test sebesar 65,6% atau 65,5. Dari hasil pre test dan post test terlihat ada perbedaan antara nilai rata-rata siswa sebelum dilakukan penyuluhan dengan nilai rata-rata siswa setelah dilakukan penyuluhan yaitu dari 33,2% menjadi 65,5%. Distribusi untuk nilai hasil pre test dan post test siswa dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini :

Tabel 1 Distribusi pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan pada remaja putri tentang gizi seimbang.

	n	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Nilai Rata-rata
Tingkat Pengetahuan sebelum penyuluhan	25	10	50	33,2
Tingkat Pengetahuan setelah penyuluhan	25	20	100	65,5

Hasil uji statistik menunjukkan perbandingan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Terdapat 1 (satu) orang dengan hasil pengetahuan setelah penyuluhan lebih rendah daripada sebelum penyuluhan, tidak ada responden yang memiliki pengetahuan yang sama antara pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan dan terdapat 25 responden yang mempunyai pengetahuan yang lebih baik dari sebelum penyuluhan.

Pada penelitian ini menunjukkan hasil bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara sebelum penyuluhan dengan

<http://ejurnal.binawakya.or.id/index.php/MBI>



sesudah penyuluhan dengan nilai *significancy* 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan gizi seimbang pada remaja putri terhadap tingkat pengetahuan remaja putri. Perbandingan antara pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan pada remaja putri tentang gizi seimbang dapat dilihat pada tabel 2, di bawah

Tabel 2 Perbandingan antara pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan pada remaja putri tentang gizi seimbang.

	n	Rerata + sd	p
Tingkat Pengetahuan sebelum penyuluhan	25	33,20 ± 14,06	< 0,05
Tingkat Pengetahuan setelah penyuluhan	25	65,60 ± 17,34	

Pembahasan

Tingkat pengetahuan remaja putri tentang gizi seimbang pada remaja putri mengalami peningkatan yaitu dari nilai rata-rata 33,20 meningkat menjadi 65,60. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa keberhasilan proses pendidikan dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain ; penyelenggara pendidikan, sarana dan fasilitas, kurikulum, peserta didik, dosen/instruktur, metode dan media pembelajaran.(Depkes, 2005). Salah satu faktor yang mempengaruhi dari keberhasilan proses pendidikan adalah media pembelajaran dan pada penelitian ini penyuluhan yang diberikan menggunakan media slide dan video.

Berdasarkan hasil evaluasi pada peserta penyuluhan didapatkan masih rendahnya tingkat pengetahuan siswi tentang gizi seimbang pada remaja putri dan semua peserta tidak mengetahui tentang akibat dari tidak menerapkan gizi seimbang pada remaja putri karena mereka menyampaikan kalau istilah-istilah ini tidak pernah didengar oleh mereka selama pendidikan. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil berbagai penelitian tentang gizi seimbang pada remaja putri seperti penelitian yang dilakukan oleh Dian Luthfi Hanifah tahun 2015 tentang perbedaan pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang gizi seimbang dengan menggunakan media video di SMP Negeri 2 Kartasura,

<http://ejurnal.binawakya.or.id/index.php/MBI>

Open Journal Systems

menunjukkan bahwa sebagian sampel memiliki tingkat pengetahuan yang tidak baik yaitu sebanyak 66,7% dan pengetahuan siswa sesudah diberikan penyuluhan gizi seimbang besar berpengetahuan baik dengan presentase 84,8%. Pengetahuan sampel sesudah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan yang signifikan dari sebelumnya.

Hal tersebut sejalan dengan teori yang disampaikan oleh Notoadmojo (2007), pengetahuan adalah suatu domain dari hal yang dapat membentuk perilaku. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan peserta meningkat setelah mendapatkan penyuluhan gizi sehingga dengan adanya penyuluhan gizi dapat mengubah perilaku konsumsi makan remaja yang lebih baik sesuai dengan 10 pesan pedoman umum gizi seimbang yang didalamnya terdapat konsep susunan makanan yang dianjurkan untuk menjamin keseimbangan zat-zat gizi supaya dapat melengkapi dalam zat gizi yang dikandungnya.

Penyuluhan dibutuhkan bagi peserta, kebanyakan peserta mengeluhkan kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja putri, sehingga mereka mengkonsumsi makanan semau dan sesuka mereka saja. Untuk itu diperlukan sosialisasi lebih intensif mengenai gizi seimbang pada remaja putri sehingga dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pentingnya menerapkan gizi seimbang dalam pola kehidupannya sehari-hari. Oleh karena itu peserta merasakan banyak manfaat yang diperoleh dari penyuluhan ini untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang gizi seimbang pada remaja putri. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusuma Nur Intan pada tahun 2014 dengan hasil ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja putri terhadap tingkat pengetahuan dan sikap dalam



mencegah anemia pada siswi kelas X SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta.

Pada penelitian ini didapatkan pengaruh penyuluhan gizi seimbang pada remaja terhadap tingkat pengetahuan remaja putri yang signifikan dengan nilai $p < 0,000$. Terdapat pengaruh yang signifikan pada penelitian ini karena media yang digunakan selain dari media slide juga menggunakan media video. Secara teori dikatakan bahwa video yang ditambahkan dalam pesan verbal dapat meningkatkan motivasi untuk menerima pesan dan mengingatnya dengan lebih baik karena media video menawarkan penyuluhan yang lebih menarik dan tidak monoton dengan menampilkan gerak, gambar dan suara. (Contento I.R, 2007). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Yulianti dkk, 2014 menunjukkan bahwa penggunaan edutainment konseling gizi seimbang pada remaja putri untuk media video lebih efektif terhadap pemahaman tentang gizi seimbang remaja putri. Sedangkan media komik tidak efektif terhadap pemahaman tentang pemenuhan gizi seimbang yang diukur dari perbedaan besarnya N-Gain pretest dengan posttest video dan komik.

PENUTUP

Kesimpulan

Pada penelitian ini terdapat pengaruh penyuluhan gizi seimbang pada remaja terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di Pondok Pesantren Islam NW Penimbung yang signifikan dengan nilai $p = 0,000$. Sehingga perlu dilakukan kegiatan penyuluhan tentang gizi seimbang pada remaja putri di setiap sekolah SMP dan SMA guna menambah pengetahuan mereka dengan harapan mereka dapat menerapkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari sehingga masalah gizi ketika seorang wanita hamil dapat dicegah.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Atmarita & Fallah, S.T. 2004. Analisis Situasi Gizi dan Kesehatan Masyarakat.

Vol.12, No.10 Mei 2018

Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VIII. Jakarta 17-19 Mei

- [2] Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta :Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [3] Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. 2007. *Rencana Aksi Nasional Pangan Dan Gizi 2006 – 2010*. BPPN
- [4] Contento, I.R. 2007. *Nutrition Education : Linking Research, Theory, and Practice*. Sudbury : Jones and Bartlett Publishers.
- [5] DEPKES RI, *Pedoman Pengembangan Metodologi Pembelajaran Pendidikan Tenaga Kesehatan*. Pusat Pendidikan Tenaga Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan SDM Kesehatan Departemen Kesehatan, Jakarta, 2005
- [6] Fechera, B, Maman S, Dasdang L.H. 2012. Desain dan Implementasi Media Video Prinsip-Prinsip Alat Ukur Listrik dan Elektronika. *Invotec*. VIII (2), 115-126
- [7] Hanifah Dian L. 2015. Perbedaan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan Tentang Gizi Seimbang dengan Menggunakan Media Video di SMP Negeri 2 Kartasura. *Skripsi*. Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta 2015
- [8] Irine C, Mohammad H, Toto S. Status Zat Gizi, Asupan Zat Gizi Mikro dan Zat gizi Makro Hubungannya Dengan Sindroma Premenstruasi Pada Remaja Putri SMU Sejahtera di Surabaya. *Vol. 6. No. 1. Juli 2009. P. 29-34*
- [9] Johari A, Hasan S, Rakhman M. 2014. Penerapan Media Video dan Animasi Pada Materi Memvakum dan Mengisi Refrigeran Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Journal of Mechanical Engineering Education, Vol.1, No. 1. Juni 2014, 8-15*
- [10] Kusuma N.I. 2014. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Anemia Pada Remaja Putri <http://ejurnal.binawakya.or.id/index.php/MBI>



-
- Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Dalam Mencegah Anemia Pada Siswi Kelas X SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2014. *Naskah Publikasi*
- [11] Moore M.C, 1997. *Buku Pedoman Terapi Diet dan Nutrisi*. Edisi II. Penerbit Hipokrates, Jakarta.
- [12] Maulana & Heri D.J. 2009. *Promosi Kesehatan*. EGC Jakarta
- [13] Notoatmodjo, Soekidjo. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta. Jakarta.
- [14] Sumadiyono. 2013. *Sikap dan Perilaku Manusia untuk Keperawatan*. Jakarta. EGC
- [15] Wawan A, Dewi M. 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia..* Yogyakarta. Nuha Medika
- [16] Yuliati, Drajat Pramiadi, Tutiek Rahayu. 2014. Efektivitas Penggunaan Edutainment Konseling Gizi Terhadap Pemahaman Pemenuhan Gizi Seimbang Pada Remaja Putri. *Jurnal Pendidikan Matematika dan Sains Tahun II, No.2, Desember 2014*.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN