



GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTERI

Nia Musniati, Fitria

Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA

niamusniati@uhamka.ac.id

Abstrak

Masalah kesehatan remaja di Indonesia yang sampai saat ini masih dialami oleh berbagai remaja di Indonesia ialah masalah kurang zat besi (anemia). Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan sikap remaja puteri tentang anemia. Penelitian menggunakan desain *cross sectional*. Tempat penelitian di SMA Muhammadiyah 13 Jakarta. Waktu pengumpulan data pada Februari 2022. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik *quota sampling* berjumlah 60 siswi. Penelitian menggunakan angket yang disebarakan secara *online* melalui *google form*. Pengolahan dan analisis data dilakukan secara univariat untuk melihat gambaran pengetahuan dan sikap remaja puteri tentang anemia. Hasilnya menunjukkan gambaran tingkat pengetahuan siswi adalah sebagian besar memiliki pengetahuan rendah (58,7%). Hasilnya menunjukkan gambaran tingkat sikap siswi adalah sebagian besar memiliki sikap tidak baik (58,7%).

Kata Kunci: Anemia, Pengetahuan, Remaja puteri

Pendahuluan

Anemia ialah masalah kesehatan pada masyarakat yang masih ditemukan di seluruh dunia dan negara berkembang Indonesia ini. Keadaan ini bisa berdampak pada ekonomi seseorang karena anemia mengganggu produktifitas kerja (Lestari et al., 2018). Kondisi seseorang yang memiliki kadar Hemoglobin (Hb) rendah dari biasanya disebut anemia. Anemia untuk

anak sekolah dan perempuan dewasa dikatakan keadaan seseorang memiliki kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 12 g/dL. Anemia ini pada umumnya di masyarakat terkenal dengan sebutan kurang darah (Kemenkes RI, 2018).

Anemia yang disebabkan oleh kekurangan asupan zat gizi besi ini sering terjadi di seluruh dunia (Sari et al., 2019). Masalah kesehatan remaja di Indonesia yang



sampai saat ini masih dialami oleh berbagai remaja di Indonesia ialah masalah kurang zat besi (anemia). Ada sebanyak 12% remaja laki-laki menderita anemia dan 23% remaja perempuan Indonesia menderita anemia (Kemenkes RI, 2018). Menurut RISKESDAS tahun 2018 menunjukkan prevalensi anemia remaja sebanyak 32% maka ada 3-4 remaja dari 10 mengalami anemia (Kemenkes RI, 2018).

Pengetahuan dan sikap merupakan faktor penyebab anemia yang sering terjadi pada remaja putri. Menurut penelitian (Alhidayati et al., 2019). Menurut penelitian Anggoro (2020) juga menyatakan adanya hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia (*pvalue* : 0,001).

Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia.

Metode

Penelitian menggunakan desain *cross sectional*. Tempat penelitian di SMA Muhammadiyah 13 Jakarta. Waktu pengumpulan data pada Februari 2022. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik *quota sampling* berjumlah 60 siswi.

Penelitian menggunakan angket yang disebarluaskan secara *online* melalui *google form*. Angket terdiri dari pertanyaan

pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia. Pertanyaan pengetahuan terdiri dari 10 pertanyaan dan pertanyaan sikap juga terdiri dari 10 pertanyaan.

Pengolahan dan analisis data dilakukan secara univariat untuk melihat gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia.

Hasil

Tingkat Pengetahuan

Hasil menunjukkan siswi paling banyak menjawab benar pada pertanyaan tablet tambah darah boleh dikonsumsi bersamaan dengan (100%), dan paling banyak menjawab salah pada pertanyaan dampak anemia pada remaja putri (68,3%) (tabel 1). Hasil rata-rata gambaran skor total pengetahuan secara statistik yaitu siswi memiliki rata-rata skor 6,25 dengan median 6,00, nilai terendah 4 dan nilai tertinggi 9, Q3 7,00 dengan standar deviasi 1,202. Hasil uji normalitas menunjukkan data berdistribusi tidak normal (*p kolmogorov* < 0,05) (tabel 2).

Selanjutnya skor total pengetahuan dikelompokkan menjadi 2 kategori berdasarkan nilai Q3, dimana siswi dikatakan memiliki pengetahuan tinggi jika $\geq Q3$ (7,00) dan dikatakan rendah jika $< Q3$ (7,00). Hasilnya menunjukkan gambaran



tingkat pengetahuan siswi adalah sebagian besar memiliki pengetahuan rendah (58,7%) (gambar 1).

Tingkat Sikap

Hasil menunjukkan siswi paling banyak menjawab sangat setuju pada pertanyaan sebaiknya remaja putri perlu mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi (55,0%), paling banyak menjawab setuju pada pertanyaan remaja putri sebaiknya tidak sering minum teh atau kopi (66,7%) (Tabel 3). Hasil rata-rata gambaran skor total sikap secara statistik yaitu siswi memiliki rata-rata skor 31,95 dengan median

32, nilai terendah 24 dan nilai tertinggi 39, Q3 34 dengan standar deviasi 2,902. Hasil uji normalitas menunjukkan data berdistribusi normal (p kolmogorov $>0,05$) (tabel 4).

Selanjutnya skor total pengetahuan dikelompokkan menjadi 2 kategori berdasarkan nilai Q3, dimana siswi dikatakan memiliki sikap baik jika $\geq Q3$ (34) dan dikatakan sikap tidak baik jika $< Q3$ (34). Hasilnya menunjukkan gambaran tingkat sikap siswi adalah sebagian besar memiliki sikap tidak baik (58,7%) (gambar 2).

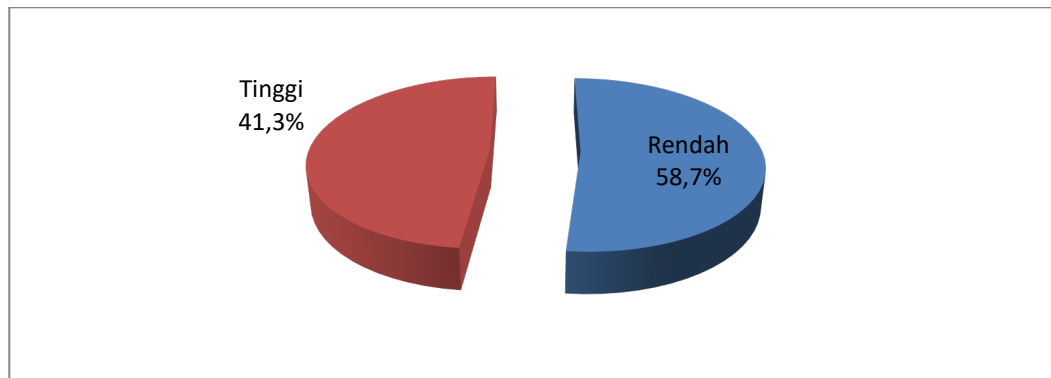
Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan Jawaban Item Pengetahuan tentang Anemia

No	Item Pengetahuan	Jawaban Responden			
		Benar		Salah	
		n	%	n	%
1	Apa yang dimaksud dengan anemia	21	35,0	39	65,0
2	Anemia dapat disebabkan oleh	55	91,7	5	8,3
3	Sumber makanan yang paling baik mengandung zat besi adalah?	31	51,7	29	48,3
4	Berapakah kadar Hb untuk seorang remaja putri dikatakan anemia?	44	73,3	16	26,7
5	Salah satu cara untuk mengetahui seseorang menderita anemia adalah dengan	28	46,7	32	53,3
6	Manakah minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi?	38	63,3	22	36,7
7	Vitamin yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi adalah	45	75,0	15	25,0
8	Dampak anemia pada remaja putri adalah	19	31,7	41	68,3
9	Untuk mencegah anemia, sebaiknya tablet tambah darah dikonsumsi	40	66,7	20	33,3
10	Tablet tambah darah boleh dikonsumsi bersamaan dengan	60	100	0	0



Tabel 2. Nilai-nilai Statistik Total Skor Pengetahuan

Mean	Median	Q3	Min	Maks	SD	P-value
6,25	6,00	7,00	4	9	1,202	0,007



Gambar 1. Tingkat Pengetahuan Responden

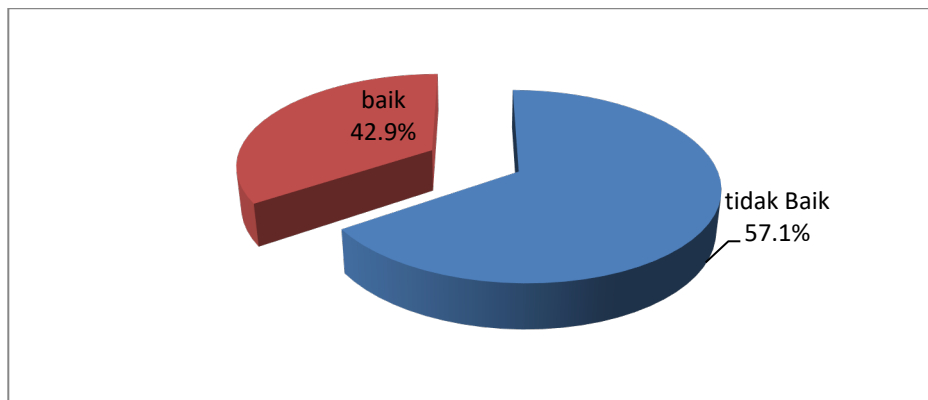
Tabel 3. Distribusi Responden berdasarkan Jawaban Item Sikap tentang Anemia

No	Item Sikap	Jawaban Responden							
		Sangat Setuju		Setuju		Tidak Setuju		Sangat Tidak Setuju	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Sebaiknya remaja putri perlu mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi	33	55,0	26	43,3	1	1,7	0	0
2	remaja putri sebaiknya makan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C	30	50,0	30	50,0	0	0	0	0
3	Jika kita sudah menemukan gejala Anemia maka diabaikan saja	1	1,7	0	0	34	56,7	25	41,7
4	Anemia bukan masalah kesehatan yang berbahaya	1	1,7	0	0	43	71,7	16	26,7
5	remaja Perlu minum tablet tambah darah 1 tablet per hari selama menstruasi	4	6,7	29	48,3	25	41,7	2	3,3
6	remaja perlu minum tablet tambah darah 1 tablet per minggu untuk mencegah anemia	13	21,7	42	70,0	5	8,3	0	0
7	remaja putri sebaiknya tidak sering minum teh atau kopi	11	18,3	40	66,7	9	15,0	0	0
8	Merasa khawatir jika terkena Anemia	19	31,7	38	63,3	3	5,0	0	0
9	Tidak perlu makan makanan sayuran hijau	1	1,7	1	1,7	36	60,0	22	36,7
10	Anemia tidak mengganggu aktifitas dan prestasi remaja putri	5	8,3	8	13,3	33	55,0	14	23,3



Tabel 4. Nilai-nilai Statistik Total Skor Pengetahuan

Mean	Median	Q3	Min	Maks	SD	P-value
31,95	32	34	24	39	2,902	0,716



Gambar 2. Tingkat Sikap Responden

Pembahasan

Penyebab anemia yang utama biasanya disebabkan oleh pengetahuan remaja yang kurang dan kebiasaan minum-minuman yang berwarna seperti teh sesudah makan (Harahap, 2018). Remaja putri memang kelompok yang sering menderita anemia, karena setiap bulannya mereka mengalami menstruasi, dan ditambah dengan pengetahuan mereka kurang mengenai anemia (Suryani et al., 2017). Menurut Anggoro (2020) juga mengatakan remaja yang anemia kekurangan asupan zat besi bisa dikarenakan pengetahuan mereka mengenai makanan yang mengandung zat besi itu kurang, maka dari itu peningkatan untuk pendidikan terkait pembahasan gizi itu

harus dilaksanakan guna memperbaiki asupan makannya. Dalam pencegahan anemia ini remaja harus sudah memiliki pengetahuan mengenai anemia, dan asupan yang harus dikonsumsi (Simanungkalit & Simarmata, 2019). Pengetahuan yang baik dapat membantu remaja putri untuk mencegah anemia (Nasution et al., 2020). Pengetahuan memang merupakan pengaruh dari anemia, pengetahuan yang dimaksud yaitu seperti pengetahuan mengenai asupan zat gizi terutama zat besi, pengetahuan mengenai minum tablet tambah darah (TTD) setiap minggu sekali, dan mengenai pola makan yang baik (Agustina, 2019). Menurut penelitian Harahap (2018) menyatakan adanya hubungan antara pengetahuan



dengan kejadian anemia pada remaja putri (*pvalue* : 0,037).

Salah satu penyebab anemia pada remaja adalah masih kurangnya pengetahuan tentang anemia. Lebih dari separuh responden (66,7%) remaja putri memiliki pengetahuan tentang anemia dalam kategori kurang (Kasumawati et al., 2020). Penelitian lain yang juga dilakukan pada remaja menunjukkan masih banyak responden yang memiliki pengetahuan anemia kurang (50%) dan sebanyak 87,2% responden memiliki pengetahuan tentang tablet tambah darah kurang (Simanungkalit & Simarmata, 2019).

Saat ini para remaja sering saja tidak memperdulikan kesehatan tubuhnya padahal itu salah satu hal yang sangat penting. Kurangnya zat gizi pada diri remaja akan berpengaruh pada sosialisasi mereka terhadap orang sekitar, pendidikan yang sedang mereka laksanakan. Dampak anemia juga bisa membuat daya tahan pada tubuh kita mengalami penurunan sehingga produktivitas dan kegiatan kita terganggu (Harahap, 2018). Pada remaja yang menderita anemia bisa berdampak menurunkan imun tubuh mereka, menurunkan tingkat konsentrasi, dan prestasi pada anak disekolahnya rendah (Rudi et al., 2018). Menurut Apriyanti

(2019) anemia bisa membuat anak mudah terkena penyakit lainnya karena daya tahan pada tubuhnya berkurang, pertumbuhan pada anak tersebut dapat terhambat dan membuat semangat dalam belajar berkurang diikuti dengan prestasi anak yang menurun. Dalam pencegahan anemia ini remaja putri juga harus memiliki pengetahuan yang cukup mengenai anemia, tanda-tandanya dan cara mencegahnya (Simanungkalit & Simarmata, 2019).

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar remaja memiliki sikap tidak baik terhadap anemia (57,1%). Hal ini sejalan dengan penelitian Firmansyah & Fazri (2022) yang juga menunjukkan remaja putri memiliki sikap negatif tentang anemia sebesar 50%. Hasil bivariat menunjukkan, remaja dengan sikap negatif lebih banyak memiliki upaya pencegahan anemia yang kurang (14,6%) dibandingkan remaja yang memiliki sikap positif (7,3%) (Firmansyah & Fazri, 2022).

Kesimpulan

Hasil penelitian menyimpulkan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia adalah rendah atau kurang baik.



Saran

Pihak sekolah atau instansi kesehatan setempat dapat mengadakan sosialisasi tentang anemia pada remaja putri.

Daftar Pustaka

- Agustina. (2019). Analisis pengetahuan terhadap kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah untuk pencegahan dan penanggulangan anemia gizi besi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(4), 269–276.
- Alhidayati, A., Purba, C. V. G., & Tri, T. M. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Sman 1 Tembilahan Hulu Kabupaten Indragiri Hilir. *Jurnal Kesehatan Masyarakat & Gizi (Jkg)*, 1(2), 55–62. <https://doi.org/10.35451/jkg.v1i2.161>
- Anggoro, S. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Siswi SMA. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(3), 341–350.
- Apriyanti, F. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Tahun 2019. *Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 3(2), 18–21.
- Firmansyah, R. S., & Fazri, A. N. (2022). Hubungan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Upaya Pencegahan Anemia Di SMKN 1 Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2020. *Journal of Nursing Practice and Education*, 2(02), 109–117. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v2i2.459>
- Harahap, N. R. (2018). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Nursing Arts*, 12(2), 78–90. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.78>
- Kasumawati, F., Holidah, & Jasman, N. A. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Serta Paparan Media Informasi Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Di Sma Muhammadiyah 04 Kota Depok. *Edu Dharma Journal*, 4(1), 1–9.
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kemendes RI.
- Kemendes RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kemendes RI.
- Lestari, I. P., Lipoeto, N. I., & Almurdi, A. (2018). Hubungan Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Murid SMP Negeri 27 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), 507. <https://doi.org/10.25077/jka.v6.i3.p507-511.2017>
- Nasution, Z., Nurhayati, I., & Dwicahyu, A. I. (2020). Faktor Determinan Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Lubukpakam. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 15(1), 140–145. <https://doi.org/10.36911/panmed.v15i1.666>
- Rudi, A., Masan, L., & Nara Kwureh, H. (2018). Determinan yang Mempengaruhi



Kejadian Anemia pada Mahasiswi Kebidanan. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 4(1), 28.
<https://doi.org/10.30602/jvk.v4i1.81>

Sari, P., Azizah, D. I., Gumilang, L., Judistiani, R. T. D., & Mandiri, A. (2019). Asupan Zat Besi, Asam Folat, dan Vitamin C pada Remaja Putri di Daerah Jatinangor. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 4(4), 169–175.
<https://doi.org/10.22146/jkesvo.46425>

Simanungkalit, S. F., & Simarmata, O. S. (2019). Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Remaja Putri yang Berhubungan dengan Status Anemia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 47(3), 175–182.
<https://doi.org/10.22435/bpk.v47i3.1269>

Suryani, D., Hafiani, R., & Junita, R. (2017). Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 10(1), 11.
<https://doi.org/10.24893/jkma.v10i1.157>