



HUBUNGAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DENGAN UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA DI SMKN 1 CILIMUS KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2020

Rony Suhada Firmansyah, Aulia Nur Fazri

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

ronnysuhada@gmail.com

Abstrak

Remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cepat sehingga mengubah gaya hidup termasuk sikap yang negatif sehingga dapat menyebabkan masalah kesehatan terutama anemia pada remaja putri yang menganggap anemia sebagai masalah sepele dan mengabaikan pencegahan anemia. Prevalensi anemia pada remaja di Indonesia tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar 32,0%. Dinkes Kuningan pada tahun 2019 menyebutkan terdapat 22,6% remaja putri di kabupaten kuningan mengalami anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sikap remaja putri tentang anemia dengan upaya pencegahan anemia di SMK Negeri 1 Cilimus. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan desain *cross sectional* dan populasi siswi di SMK Negeri 1 Cilimus kelas XI dan XII sejumlah 468 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling* didapatkan jumlah responden 82 remaja putri. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Analisis statistik dilakukan secara univariat dan bivariat dengan metode *Chi Square*. Analisis univariat menunjukkan sikap positif dan sikap negatif responden memiliki nilai yang sama (50%). Analisis bivariat menunjukkan responden dengan sikap positif melakukan upaya pencegahan anemia dengan cukup yaitu 35 responden (85,4%), responden memiliki sikap negatif melakukan upaya pencegahan anemia dengan cukup yaitu 34 responden (82,9%). Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara sikap remaja putri dengan upaya pencegahan anemia (*P value* 0,365). Saran dari peneliti diharapkan remaja putri lebih meningkatkan upaya pencegahan terhadap anemia dengan baik.

Kata Kunci : *Sikap, Remaja, Anemia*





PENDAHULUAN

Anemia merupakan keadaan pada fisik manusia ketika jumlah *hemoglobin* (Hb) pada darah lebih sedikit dari kadar normal (World Health Organization, 2011). Nilai batas normal pada anemia berdasarkan ketetapan dari WHO untuk remaja laki-laki adalah 13 g/dL sedangkan untuk perempuan 12 g/dL (Adriani & Wiratmadji, 2012). Remaja diartikan sebagai salah satu proses transisi dari tahap perkembangan masa kanak-kanak ke masa dewasa, proses berubah pada remaja ketika masa transisi ini bisa membuat remaja ke arah perilaku dan gaya hidup yang negatif serta dapat menyebabkan aneka macam gangguan pada kesehatan seperti anemia (Rahmawati, 2018).

Paparan edukasi pengetahuan yang diperoleh remaja sering tidak dipedulikan, khususnya pengetahuan bagaimana perilaku

pengecahan penyakit anemia. Kurangnya perilaku pengecahan anemia akan menyebabkan gangguan pemenuhan kebutuhan zat gizi khususnya zat besi yang akan berdampak terjadinya anemia (Meidayati, 2017). Pada remaja putri sering terjadi yang mengalami penyakit Anemia, banyaknya faktor penyebab anemia pada remaja putri yaitu, remaja memasuki masa pubertas yang dimana saat itu terjadi pesatnya pertumbuhan yang mengakibatkan kebutuhan zat besi pada tubuh juga meningkat untuk meningkatkan pertumbuhannya.

Meskipun upaya pengecahan anemia pada remaja dapat dilakukan secara mandiri, hal tersebut sepertinya menjadi sebuah tantangan besar bagi para remaja khususnya remaja putri, karena kebiasaan gaya hidupnya seperti makan makanan dari luar seperti jajanan di sekolah yang tidak





memperhatikan kandungan gizinya, seringkali para remaja menjalankan program pembatasan pola makan untuk memperoleh idealnya berat badan dengan cara kurang tepat seperti mengurangi makanan dengan jenis sumber pangan hewani yang memiliki kandungan zat besi tinggi.

Laporan hasil Riskesdas 2018 didapatkan bahwa di Indonesia angka prevalensi dari kasus penyakit anemia terjadi kenaikan dari tahun 2013 sebesar 21,7 % menjadi 27,7% pada tahun 2018. Berdasarkan kelompok umur 15-24 tahun angka prevalensi anemia pada tahun 2013 sebesar 18,4 % tetapi mengalami peningkatan sebesar 32,0% pada tahun 2018 (Kemenkes., 2018). Melalui data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kuningan pada tahun 2019 di Kabupaten Kuningan ditemukan kasus sebanyak 22,6 % remaja

putri yang mengalami anemia pada usia sekolah.

Pada penelitian oleh Caturiyantiningtiyas (2015) di SMA Negeri 1 Polokarto Kabupaten Sukoharjo bahwa didapatkan hasil ada hubungan sikap dengan kejadian anemia remaja putri ($p=0,03$). Pada penelitian oleh Mularsih (2017) di SMK Nusa Bhakti Semarang memperoleh hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan pada remaja putri antara pengetahuan tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia saat menstruasi, dari hasil penelitian tersebut maka perlu ditingkatkannya pengetahuan pada remaja putri mengenai penyakit anemia supaya perilaku pencegahan anemia pada saat menstruasi. Faktor pendukung dibutuhkan dari pemerintah setempat dan institusi kesehatan khususnya dalam peran tenaga kesehatan untuk melakukan





peningkatan kesehatan terkait pencegahan anemia pada saat menstruasi pada remaja putri. Penelitian Kurniasih (2021) juga menunjukkan hasil pada remaja di SMN 1 Luragung Kabupaten Kuningan terdapat 26,7 % mengalami anemia.

Peneliti sudah melakukan studi pendahuluan di SMKN 1 Cilimus kepada remaja putri sebanyak 10 orang, didapatkan hasil bahwa 8 dari 10 remaja putri mengalami tanda dan gejala anemia yaitu sering mengalami sakit kepala, mata tidak fokus, sering mengantuk dan sulit melakukan konsentrasi ketika aktivitas belajar. Didapatkan data seperti sikap remaja putri yang kurang baik dalam menanggapi anemia, hal ini dapat dilihat dari 8 orang tersebut tidak memahami terkait penyakit anemia dan perilaku pencegahan anemia, sedangkan 2 dari 10 siswi tahu tentang anemia tetapi tidak tahu

bagaimana upaya dalam pencegahan anemia.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka peneliti merasa tertarik membuat tema penelitian tentang hubungan sikap remaja putri tentang anemia dengan upaya pencegahan anemia di SMKN 1 Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2020.

METODE

Metode Penelitian yang dipakai pada penelitian ini termasuk observasional analitik melalui metode *cross sectional*. Siswi kelas XI dan XII di SMKN 1 Cilimus dijadikan populasi dalam penelitian ini yang sebanyak 468 siswi. Pengambilan sampel dari penelitian ini memakai metode *simple random sampling* sebanyak 82 responden. Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan dua kuesioner, yaitu kuesioner sikap remaja putri tentang anemia dan kuesioner upaya



Pencegahan anemia. Analisis yang analisis univariat dan analisis bivariat digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan uji *Chi Square*

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi frekuensi sikap remaja putri tentang anemia di SMKN 1 Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2020

No.	Sikap	Frekuensi	Presentase
1.	Positif	41	50,0
2.	Negatif	41	50,0
Total		82	100

Sumber : Data Primer (2020)

Berdasarkan tabel diatas, sebanyak 41 responden (50,0%). Sebagian menunjukkan bahwa dari 82 responden, lagi memiliki sikap negatif sebanyak 41 sebagian responden memiliki sikap positif responden (50,0%).

Tabel 2 Distribusi frekuensi upaya pencegahan anemia di SMKN 1 Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2020

No.	Upaya Pencegahan	Frekuensi	Presentase
1.	Baik	4	4,9
2.	Cukup	69	84,1
3.	Kurang	9	11,0
Total		82	100

Sumber : Data Primer (2020)

Berdasarkan diatas, menunjukkan melakukan upaya pencegahan dengan baik bahwa dari 82 responden, sebagian besar sebanyak 4 responden (4,9%) dan responden melakukan upaya pencegahan responden yang mempunyai upaya dengan cukup sebanyak 69 responden pencegahan kurang sebanyak 9 responden (84,1%). Berikutnya responden yang (11,0%)



Tabel 3 Hubungan Antara Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Upaya Pencegahan Anemia di SMKN 1 Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2020

Sikap	Upaya Pencegahan Anemia								P Value
	Baik		Cukup		Kurang		Total		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Positif	3	7,3%	35	85,4%	3	7,3%	41	100	0,365
Negatif	1	2,4%	34	82,9%	6	14,6%	41	100	
Jumlah	4	4,9%	69	84,1%	9	11,0%	82	100	

Sumber : Data Primer (2020)

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa responden dengan sikap positif, cenderung melakukan upaya pencegahan anemia dengan cukup, yaitu sebanyak 35 responden (85,4%) dan responden dengan sikap negatif, cenderung melakukan upaya pencegahan cukup juga,yaitu sebanyak 34 responden (82,9%).

Berdasarkan hasil uji hipotesis didapat nilai $p = 0,365 > 0,05$ (nilai $p > 0,05$) yang artinya tidak terdapat hubungan antara sikap remaja putri tentang anemia dengan upaya pencegahan anemia di SMK Negeri 1 Cilimus Kabupaten Kuningan tahun 2020.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji statistik *chi square* didapatkan nilai $p = 0,365 > 0,05$ artinya tidak adanya hubungan pada sikap remaja putri tentang anemia dengan upaya pencegahan anemia di SMK Negeri 1 Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2020. Penelitian selanjutnya oleh Panyuluh, dkk (2018) memperoleh hasil tidak ada hubungan sikap dengan pencegahan anemia ditunjukan dengan nilai $p=0,580$ pada santriwati Pondok Pesantren Darul Ulum Kabupaten Kendal.

Penelitian ini memperoleh hasil dari 41 responden yang memiliki sikap positif sebagian besarnya hanya



melakukan upaya pencegahan anemia dengan cukup baik yaitu 35 orang (85,4%), tidak jauh berbeda dengan responden yang memiliki sikap positif, sebanyak 41 responden yang memiliki sikap negatif terhadap anemia juga melakukan upaya pencegahan anemia dengan cukup baik sebanyak 34 orang (82,9%).

Dapat dilihat dari hasil penelitian diatas, bahwa upaya pencegahan anemia pada responden yang memiliki sikap positif hampir sama dengan responden yang memiliki sikap negatif. Artinya, belum tentu sikap positif yang dimiliki seseorang dapat mewujudkan praktik yang baik dalam hal ini yaitu upaya pencegahan dengan baik. Hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2012) yang mengatakan bahwa sikap belum otomatis terwujud dalam bentuk praktik. Untuk

mewujudkannya menjadi suatu perbuatan yang nyata diperlukan faktor pendukung atau kondisi yang memungkinkan.

Upaya yang dapat dilakukan oleh remaja putri sebagai upaya pencegahan anemia diantaranya yaitu meningkatkan asupan makanan sumber zat besi seperti ikan, daging, sayur-sayuran hijau, buah-buahan yang kaya akan vitamin C seperti jeruk dll. Selain itu, mengkonsumsi tablet tambah darah, juga menghindari makanan yang dapat menyebabkan penghambatan penyerapan zat besi (Kemenkes., 2016) Menurut Panyuluh (2018) Panyuluh (2018) Meskipun seseorang sudah memiliki sikap yang baik terhadap pencegahan anemia, namun apabila fasilitas kesehatan, informasi kesehatan dan dukungan sosial tidak memadai atau tidak tersedia maka akan berpengaruh terhadap pencegahan anemia.



SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan sikap remaja putri tentang anemia dengan upaya pencegahan anemia di SMKN 1 Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2020, maka penelitian ini dapat disimpulkan sebagai gambaran sikap remaja putri tentang anemia di SMK Negeri 1 Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2020, Responden yang mempunyai sikap positif dan negatif mempunyai proporsi yang sama besar sebanyak 41 orang (50%), gambaran upaya pencegahan anemia di SMK Negeri 1 Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2020, sebagian besar responden melakukan upaya pencegahan anemia dengan cukup sebanyak 69 orang (84,1%) dan tidak terdapat hubungan antara sikap remaja putri tentang anemia dengan upaya pencegahan anemia

di SMK Negeri 1 Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2020 (*P Value* 0,365).

SARAN

Diharapkan bagi responden untuk dapat meningkatkan pemahamannya tentang anemia dan dapat meningkatkan kesadarannya agar melakukan upaya pencegahan dengan baik. Penelitian ini menyarankan agar sekolah bekerja sama dengan petugas kesehatan untuk melakukan pendidikan kesehatan terutama tentang anemia agar pencegahan anemia terutama pada seluruh siswa dapat ditingkatkan. Diharapkan dapat dijadikan sumber referensi perpustakaan khususnya yang berhubungan dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri yang dapat dijadikan sebagai rujukan untuk penelitian lanjutan yang sejenis. Menambah wawasan dan pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian ilmiah khususnya yang berkaitan



dengan hubungan sikap remaja putri tentang anemia dengan upaya pencegahan anemia..

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wiratmadji, B. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat* (Kencana Predana Media Group. (Ed.)).
- Caturiyantiningtiyas, T. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kelas X Dan XI SMA NEGERI 1 Polokarto. *Jurnal UMS*.
- Kemendes. (2016). *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Direktorat Gizi Masyarakat.
- Kemendes. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional Tahun 2018*.
- Kurniasih, Kartikasari, Russiska, N. (2021). Hubungan Pola Aktivitas Fisik Dan Riwayat Penyakit dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMAN 1 Luragung. *JOURNAL OF NURSING PRACTICE AND EDUCATION*.
- Meidayati, R. D. (2017). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Anemia Terhadap Sikap Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Yogyakarta. *Universitas Nusantara PGRI Kediri*.
- Mularsih, S. (2017). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi Di Smk Nusa Bhakti Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan*.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Panyuluh DC. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku penyebab anemia pada santriwati pondok pesantren Darul Ulum kabupaten Kendal. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Rahmawati, T. (2018). Case Study Dalam Mengatasi Anemia Pada Remaja Putri Di Keluarga Dengan Model HEMA Coach (Health Education, Modifikasi Perilaku, Dan Coaching). *Faletahan Health Journal*.
- World Health Organization, & W. (2011). *Haemoglobin Concentrations For The Diagnosis Of Anaemia And Assessment Of Severity*.