

GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DEFISIENSI BESI

DESCRIPTION OF KNOWLEDGE, ATTITUDE AND BEHAVIOR OF YOUTH FEMALE ABOUT IRON DEFICIENCY ANEMIA

Dea Pratiwi¹, Sunarti², Sitti Nurdjannah³

¹²³Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan

Email: pratiwi.dea17@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Anemia defisiensi besi merupakan masalah gizi paling banyak terjadi pada remaja diseluruh dunia terutama dinegara berkembang termasuk Indonesia. Anemia yang disebabkan oleh kekurangan zat besi sangat umum terjadi di Indonesia pada ibu hamil, anak dibawah usia dua tahun, remaja usia sekolah dan pekerja berupah rendah dan kelompok rentan. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya pengetahuan mengenai dampak dari terjadinya anemia yang dimana hal tersebut dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam menyikapi kejadian anemia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkatan pengetahuan, sikap dan perilaku remaja terhadap anemia defisiensi besi. **Metode:** penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat deskriptif dengan *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan metode random sampling dengan jumlah 30 remaja putri. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang berupa *google form* pengelolaan data menggunakan Microsoft Excel. **Hasil:** lebih dari setengah responden memiliki pengetahuan baik yaitu 63,33%, untuk sikap yang positif sebesar 53,33%, sedangkan untuk perilaku setengah dari jumlah responden memiliki perilaku kurang baik sebanyak 53,33%. **Kesimpulan:** sebagian besar remaja masih banyak yang belum mengetahui penyebab dan dampak terhadap anemia tersebut, serta perilaku remaja yang masih kurang terhadap pencegahan anemia dapat menyebabkan dampak dalam jangka pendek seperti penurunan konsentrasi belajar dan prestasi belajar sedangkan dampak jangka panjangnya yaitu dapat menyebabkan pendarahan sebelum dan saat melahirkan, melahirkan bayi stunting dan BBLR.

Kata kunci: Anemia, Pencegahan, Rejama putri

ABSTRACT

Background: Iron deficiency anemia is the most common nutritional problem in adolescents worldwide, especially in developing countries, including Indonesia. Anemia caused by iron deficiency is very common in Indonesia among pregnant women, children under two years of age, school-age adolescents and low-wage workers and vulnerable groups. One reason is the lack of knowledge about the impact of anemia which can affect attitudes and behavior in dealing with anemia. The purpose of this study was to determine the level of knowledge, attitudes and behavior of adolescents towards iron deficiency anemia. **Method:** this study uses a quantitative approach that is descriptive in nature with *cross-sectional*. The sample in this study was taken using a random sampling method with a total of 30 young women. Data collection used a questionnaire in the form of a *google form*. Data management used Microsoft Excel. **Results:** more than half of the respondents had good knowledge, namely 63.33%, for a positive attitude, it was 53.33%, while for behavior, half of the respondents had unfavorable behavior of 53.33%. **Conclusion:** most teenagers still do not know the causes and effects of anemia, and the behavior of adolescents who are still lacking in preventing anemia can cause short-term effects such as decreased concentration in learning and learning achievement while the long-term impact can cause bleeding before and during giving birth, giving birth to stunting and LBW babies.

Keywords: Anemia, Prevention, Adolescent girls

PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi dimana terjadi penurunan kadar hemoglobin dibawah normal yaitu kurang dari 12 gr/dl (Prawirohardjo, 2014). Remaja putri merupakan salah satu rombongan yang beresiko karena secara fisiologis mengalami siklus menstruasi setiap bulan, dimana setiap menstruasi mengeluarkan darah haid sebanyak 30-70 mililiter perharinya. World Health Organization (WHO) memperkirakan angka kejadian anemia pada remaja putri berkisar antara 40 sampai 88 persen di seluruh dunia. WHO memperkirakan bahwa 53,7 persen dari semua wanita muda di negara berkembang menderita anemia (WHO, 2018). Berdasarkan riset Kesehatan dasar 2018, menyatakan hasil proporsi anemia meningkat dari tahun 2013 yaitu 37,1% menjadi 48,9%. Sedangkan berdasarkan umur golongan remaja 15-24 tahun mencapai angka yang besar yaitu 84,6%, usia 25-34 tahun (33,7%) menjadi urutan kedua terbanyak di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Kurangnya protein, asam folat, atau vitamin B12 merupakan penyebab potensial anemia. Anemia secara langsung disebabkan oleh kurangnya produksi atau kualitas sel darah merah, bukan karena kehilangan darah akut atau kronis (5). Mayoritas anemia di Indonesia diduga disebabkan oleh kekurangan zat besi akibat kekurangan makanan kaya zat besi, terutama yang berasal dari hewan (besi heme). Produk hewani (besi heme), seperti hati, daging (sapi dan kambing), unggas (ayam, bebek, dan burung), dan ikan, merupakan sumber utama zat besi. Antara 20 dan 30 % zat besi dalam produk hewani dapat diserap tubuh. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Dampak anemia defisiensi zat besi antarlain pada penurunan sumberdaya manusia. Remaja putri dengan anemia akan berdampak pada penurunan produktifitas belajar dan penurunan prestasi belajar dan penurunan prestasi belajar. Hal ini diperkuat dengan penelitian Izdihar, 2022 yang mengatakan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik maka memiliki perilaku baik pula sehingga dapat disimpulkan pengetahuan seseorang akan mempengaruhi perilaku seseorang (Izdihar, MS. *et al.*, 2022)

Remaja putri anemia dapat terjadi akibat kekurangan protein, asam folat, atau vitamin B12. Kurangnya produksi atau kualitas sel darah merah,

bukan kehilangan darah akut atau kronis, adalah penyebab langsung anemia dan sejumlah masalah lain terkait kehamilan. Pernyataan tersebut diperkuat dengan bantuan penelitian Anindiyasari dkk (2022), mengatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara prevalensi BBLR dan anemia pada ibu hamil. Jika dibandingkan ibu hamil yang tidak anemia, ibu hamil yang anemia memiliki risiko 8 kali lipat untuk melahirkan bayi BBLR. (Rahadinda et al., 2022).

Bayi dengan BBLR dapat menyebabkan resiko jangka panjang yang berhubungan dengan stunting. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2019) yang mengatakan adanya hubungan antara berat badan lahir dengan kejadian stunting pada balita usia 24-36 bulan di puskesmas Kota Argamakmur (Anggraini., et al, 2019)

Berdasarkan latar belakang tersebut, ilmuwan tertarik untuk melihat gambaran informasi, sikap dan tingkah laku remaja putri di SMA N 1 Rejang Lebong mengenai defisiensi besi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif yang bersifat deskriptif dengan *cross-section*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X SMA N 1 Rejang Lebong dengan jumlah 198 remaja. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 remaja yang dipilih secara acak dengan rentan usia 15-19 tahun. Penelitian ini dilakukan pada Januari 2023.

Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang berupa *google form*. Kuesioner terdiri dari 4 bagian, bagian pertama berisi nama dan umur siswi, bagian kedua berisi pengetahuan mengenai anemia yang terdiri dari 11 pertanyaan *favorable* dan 4 pertanyaan *unfavorable* dengan pilihan jawaban benar dengan skor 1 dan jawaban salah dengan skor 0, bagian ketiga berisi pernyataan mengenai sikap dengan 10 pernyataan dengan pilihan jawaban berupa SS (Sangat Setuju), S(Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju), dan bagian terakhir berisi pernyataan perilaku dengan alternatif pilihan Jawabannya selalu, sering, kadang-kadang, dan tidak pernah. Pengelolaan data menggunakan Microsoft Excel dan hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel deskriptif.

HASIL PENELITIAN

Variable	Kategori	Frekuensi	Persentase
Karakteristik (usia)	14	2	6,66
	15	6	20
	16	10	33,33
	17	9	30
	18	2	6,66
	19	1	3,33
	Total	30	100,00
Pengetahuan	Baik	19	63,33
	Kurang baik	11	36,66
	Total	30	100,00
Sikap	Positif	16	53,33
	Negative	14	46,33
	Total	30	100,00
Perilaku	Baik	14	46,66
	Kurang baik	16	53,33
	Total	30	100,00

Sumber: Hasil penelitian 2023

Berdasarkan table diatas dapat kita simpulkan untuk karakteristik yang terbanyak yaitu pada usia 16 tahun dengan 3,33% responden, sedangkan untuk usia terbanyak yaitu pada usia 19 tahun sebanyak 3,33% responden.

Hasil penelitian distribusi pengetahuan diketahui bahwa responden yang mendapatkan hasil pengetahuan paling banyak ada pada ketegori pengetahuan yang baik yaitu 63.33%, sedangkan untuk siswa yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 36.66%

Berdasarkan table diatas untuk kategori sikap didapatkan bahwa banyak responden yang memiliki sipak positif yaitu 53,33%, sedangkan untuk sikap negates sebanyak 46,33%.

Hasil penelitian dengan kategori perilaku didapatkan hasil responden banyak memiliki perilaku kurang baik yaitu sebanyak 53,33%, sedangkan untuk perilaku baik sebanyak 46,66%.

PEMBAHASAN

Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap pengetahuan remaja putri mengenai anemia yaitu menunjukkan hasil lebih dari setengah responden memiliki pengetahuan baik. Hal ini diperkuat dengan penelitian Aini (2019) yang dimana hasilnya menunjukkan responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 45,00%, sedangkan untuk Sebanyak 15% responden (Aini, 2019) kurang pengetahuan. Hal yang sama berlaku untuk penelitian di SMK Analisis Kimia Nusa Bangsa Kota Bogor yang menyebutkan hasil univariat dalam penelitiannya yaitu sebanyak 59,00% remaja putri memiliki pengetahuan baik, sednagkan untuk pengetahuan yang kurang baik yaitu sebanyak 41,00% (Dieniyah, *et,al* 2019)

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan pada asrama III Poltekes Kemenkes Yogyakarta yang mengatakan mayooritas remaja yang menjadi sampel penelitian memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 69,10% banyak factor penyebab yang dapat mempengaruhi seseorang dalam menangkap informasi-informasi seperti dalam penelitian ini mengatakan salah satu factor penyebabnya adalah daya tangkap seseorang untuk memahami pengetahuan, pendidikan dan sumber infotmasi (Anggiana, 2019). Teori yang memperkuat pernyataan ini adalah informasi pengetahuan akibat hasil tahu setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Mengetahui bahwa ia memiliki hal-hal seperti mata, hidung, telinga, dan sebagainya (Naomi, 2019). Pengetahuan sangat memegang peranan yang penting dalam kejadian anemia pada remaja putri, dengan peningkatan pengetahuan mengenai pencegahan anemia akan dapat menurunkan angka kejadian anemia. Kurangnya pengetahuan akan mengakibatkan kurangnya asupan zat besi atau makanan lainnya yang menunjang pencegahan anemia, namun bias saja terjadi sebaliknya jika pengetahuan baik makan diharapkan remaja putri dapat mencukupi asupan makanan untuk pencegahan anemia (Listiana, 2016)

Sikap

Menurut temuan penelitian, proporsi responden yang memiliki sikap positif lebih besar daripada sikap negative. Hal ini sejalan dengan penelitian Situmeang (2022) dimana sebagian besar wanita muda 62,50% memiliki pandangan yang menggembirakan terkait dengan kelemahan, artinya, itulah yang disetujui remaja jika penyakit mudah dikuras / dikeringkan, pertaruhan peningkatan kelemahan terjadi selama siklus kewanitaan, dengan mengonsumsi tablet besi 1 waktu setiap minggu, Anda bisa mencegah anemia, dan membutuhkan TTD untuk memenuhi kebutuhan gizi (Situmeang, *et.al.*, 2022).

Sama halnya dengan penelitian pada Stikes Hang Tuah Surabaya dimana remaja yang memiliki sikap baik sebanyak 29 responden hal ini mendominasi dibandingkan sikap kurang baik (Wardana, 2020). Hal yang memperkuat hasil penelitian ini adalah banyak faktor yang mempengaruhi terbentuknya sikap seseorang adapun objek terbentuknya pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh budaya, media massa, lembaga pendidikan dan keagamaan, dan faktor-faktor lain semuanya berkontribusi terhadap sikap., serta faktor emosional. Faktor-faktor tersebut lah yang dapat mempengaruhi seseorang bias memiliki sikap positif maupun sikap negatif (Alamsyah, *et.al.*, 2015)

Perilaku

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mendapatkan hasil dimana perilaku kurang baik mendominasi yaitu sebesar 53,33% hal ini berbanding terbalik dengan perilaku baiknya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Narsih (2020) yang dilakukan di sekolah menengah atas yaitu hampir semua responden memiliki perilaku tidak baik dalam pencegahan anemia yang berarti hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri tidak mengonsumsi buah, sayuran hujai, lauk pauk hewani, atau tablet besi setiap harinya (Narsih, *et.al.*, 2020). Sama halnya penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Mularsih (2017) yang dimana hasil dari 36 responden memiliki perilaku yang tidak mendukung pencegahan anemia dan sebanyak 25 responden lainnya yang mendukung pencegahan anemia (Mularsih, 2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian pada perilaku makan remaja putri di Ngemplak Simongan mengatakan

bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku makan yang buruk (Setyowati *et.al.*, 2017). Penelitian ini diperkuat oleh teori yang mengatakan bahwa segala kegiatan manusia, baik yang bisa dilihat secara langsung maupun yang tidak bisa dilihat secara langsung. Seseorang yang tahu belum tentu dapat mewujudkan informasi yang diperolehnya dalam bentuk perilaku. Baik buruknya perilaku kesehatan yang akan diwujudkan juga dipengaruhi oleh berbagai macam konteks kehidupan seperti lingkungan, keterampilan, dan program kesehatan yang ada (Puspitasari,*et.al.*, 2022)

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa umur terbanyak remaja putri yang menjadi responden adalah 16 tahun (33,33%). Untuk kategori pengetahuan yang paling mendominasi ada responden yang memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 63,33%. Untuk kategori sikap yang paling mendominasi adalah sikap positif dengan jumlah persentase sebanyak 53,33%, sedangkan untuk kategori perilaku yang paling mendominasi adalah perilaku kurang baik dengan persentase sebanyak 53,33%.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, D., Muliawati, R. (2005) PILAR DASAR ILMU KESEHATAN MASYARAKAT. Nuha Medika. Jakarta
- Aini, Q. (2019). GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DI PONDOK PESANTREN AL-MA'SUDIYAH BLATER 02 KABUPATEN SEMARANG TAHUN 2019. *Universitas Ngundi Waluyo*.
- Anggiana, R. (2019). GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DI ASRAMA III JURUSAN KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA TAHUN 2019. In *politeknik kesehatan kementerian kesehatan*.
- Anggoro, S., Studi, P., Masyarakat, K., Surya, S., Yogyakarta, G., Ringroad, J., Blado, S., & Lor, B. (2020). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN ANEMIA PADA SISWI SMA. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(3), 341–350.

- Anggraini, W., Pratiwi, A. B., Amin, M., Yanuarti, R., Harjuita, R, T. (2019). BERAT BADAN LAHIR SEBAGAI FAKTOR RISIKO KEJADIAN STUNTING KABUPATEN BENGKULU UTARA. *Jurnal Ilmiah Avicenna* 14(2) <http://jurnal.umb.ac.id/index.php/avicena/article/view/399>
- Chusniah Rachmawati, W. (2019). *PROMOSI KESEHATAN DAN ILMU PERILAKU*. Penerbit Wineka Media.
- Damayanti, Y., Saputri, E. E., Ratnasari, F., & Tangerang, S. Y. (2021). GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DI SMA BABUS SALAM KOTA TANGERANG Description Of The Knowledge Level Of Adolescent Women About Anemia In Babus Salam SMA Tangerang City. *Nusantara Hasana Journal*, 1(3), Page.
- Dieniyah, P., Sari, M, M., Avianti, I (2019). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ABENIA DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK ANALISIS KIMIA NUSA BANGSA KOTA BOGOR TAHUN 2018. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(2).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *PEDOMAN PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DAN WANITA USIA SUBUR (WUS)*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *HASIL UTAMA RISKESDAS 2018*. Kementerian Kesehatan RI.
- Listiana, A. (2016). ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA GIZI BESI PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 TERBANGGI BESAR LAMPUNG TENGAH. *Jurnal Kesehatan*, VII(3)
- Mularsih, S. (2017). HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA SAAT MENSTRUASI DI SMK NUSA BHAKTI KOTA SEMARANG. *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 80. <https://doi.org/10.26714/jk.6.2.2017.80-85>
- Narsih, U., Hikmawati, N., Kunci, K., Persepsi, :, Persepsi, K., Anemia, M., & Putri, R. (2020). PENGARUH PERSEPSI KERENTANAN DAN PERSEPSI MANFAAT TERHADAP PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM PENCEGAHAN ANEMIA. In *Indonesian Journal for Health Sciences* (Vol. 4, Issue 1).
- Rahadinda, A., Utami, K. D., & Reski, S. (2022). HUBUNGAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DENGAN KEJADIAN BBLR DI RSUD ABDUL WAHAB SJAHRANIE SAMARINDA. *Formosa Journal of Science and Technology*, 1(5), 421–434. <https://doi.org/10.55927/fjst.v1i5.1219>
- Rimandini, K. D., Purwatiningsih, Y., Kebidanan, A., Husada, K., Yos, J., Komplek, S., Cilandak, M., & Selatan -Telp, J. (2022). HUBUNGAN ANTARA ANEMIA DENGAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA AKADEMI KEBIDANAN KERIS HUSADA TAHUN 2019 1). *JALINAN JURNAL ILMIAH AKBID KERIS HUSADA*, 2(2).
- Setyowati, N. D., Riyanti, E., Bagian, R. I., Kesehatan, P., Perilaku, I., & Kesehatan, F. (2017). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU MAKAN REMAJA PUTRI DALAM PENCEGAHAN ANEMIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NGEMPLAK SIMONGAN* (Vol. 5). <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Situmeang, A. M. N., Apriningsih, A., Makkiyah, F. A., & Wahyuningtyas, W. (2022). HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN SOSIALEKONOMI DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI DESA SIRNAGALIH, BOGOR. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(1), 32–39. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol8.iss1.1126>
- Wardana, P. F. . (2020). *HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG PENCEGAHAN ANEMIA DI STIKES HANG TUAH SURABAYA*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah