Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Puteri Terhadap Pencegahan Anemia

**Nurmala1\*, Rahmah2\*, Silvia Mariana3\***

*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Keluarga Bunda Jambi1,2,3*

**Informasi Artikel :**

Diterima : 24 September 2024

Direvisi : 14 Oktober 2024

Disetujui : 28 Oktober 2024

Diterbitkan : 23 Desember 2024

*\*Korespondensi Penulis : Alamat email penulis*

**A B S T R A K**

Angka prevalensi anemia di Indonesia, dimana remaja wanita sebesar 26,50%. Anemia memiliki risiko yang lebih tinggi pada remaja puteri dibandingkan pada remaja putra. Dampak anemia pada remaja puteri akan memberikan kontribusi negatif bila hamil pada usia remaja ataupun saat dewasa yang dapat menyebabkan kelahiran bayi dengan berat badan bayi lahir rendah, kesakitan bahkan kematian pada ibu dan bayi. Anemia juga mempunyai dampak negatif terhadap perkembangan fisik dan kognitif remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja puteri terhadap pencegahan anemia di SMPN 19 Muaro Jambi. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswi di SMPN 19 Muaro Jambi sebanyak 46 orang. Teknik pengambilan sampel dengan *total sampling.* Analisa data menggunakan uji *chi-square.* Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 21 responden (45,7%), dan sebagian besar sebagian besar responden memiliki sikap negatif sebanyak 24 responden (52,5%). Hasil analisa data bivariat didapatkan ada hubungan pengetahuan (p=0,001) dan sikap (p=0,000) terhadap pencegahan anemia di SMPN 19 Muaro Jambi. Ada hubungan pengetahuan dan sikap remaja puteri terhadap pencegahan anemia di SMPN 19 Muaro Jambi.

**Kata Kunci** : Anemia, Pengetahuan, Sikap

***ABSTRACT***

*The prevalence of anemia in Indonesia is 26.50% among adolescent girls. Anemia poses ahigher risk for adolescent girls compared to adolescent boys. The impact of anemia on adolescent girls will have negative consequences if they become pregnant during their teenage years or even as adults, which can lead to the birth of low birth weight babies, illness, and even death for both mother and child. Anemia also has negative effects on the physical and cognitive development of adolescents. The purpose is to determine the relationship between knowledge and attitudes of female adolescents towards the prevention of anemia at State Junior High School 19 Muaro Jambi. The research methode used is analytical survey research with a cross sectional approach. The population in this study consists of all frmale students at State Junior High School 19 Muaro Jambi, totaling 46 individuals. The sampling technique used is total sampling. Analyze the data using the chi-square test. The research results indicate that the majority of respondents have sufficient knowledge, with 21 respondents (45.7%), while most respondents have a negative attitude, totaling 24 respondents (52.5%). The bivariate data analysis revealed a relationship between knowledge (p=0.001) and attitude (p=0.000) regarding the prevention of anemia at State Junior High School 19 Muaro Jambi. There is a relationship between the knowledge and attitudes of adolescent girls towards the prevention of anemia at State Junior High School 19 Muaro Jambi.*

***Keywords :*** *Anemia, Attitude, Knowledge*

# PENDAHULUAN

Anemia didefinisikan sebagai suatu keadaan dimana rendahnya konsentrasi hemoglobin (Hb) atau hematokrit berdasarkan nilai ambang batas (referensi) yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan Hb, meningkatnya kerusakan eritrosit (hemolisis), atau kehilangan darah yang berlebihan (Musniati & Fitria, 2021). Anemia adalah keadaan dimana jumlah sel darah merah berada atau jumlah hemoglobin (protein pembawa oksigen) dalam sel darah merah berada dibawah normal (Widaningsih, 2023).

Anemia pada wanita di Indonesia yaitu sebesar 23,9%. Angka prevalensi anemia di Indonesia, yaitu pada remaja wanita sebesar 26,50%, pada wanita usia subur sebesar 26,9%, pada ibu hamil sebesar 40,1% dan pada balita sebesar 47,0%. Sedangkan Dari laporan Depkes prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia 30% dan pada remaja pria 21%. *World Helath Organization* (WHO) prevalensi anemia pada Wanita usia reproduktif (15-49 tahun) di seluruh duniamencapai 29,9%.

Anemia memiliki risiko yang lebih tinggi pada remaja puteri dibandingkan pada remaja putra dimana kebutuhan absorpsi zat besi pada remaja putri yang mengalami puncaknya pada umur 14- 15 tahun, sedangkan satu atau dua tahun berikutnya pada remaja putra (Sari & Anggraini, 2020). Anemia adalah suatu keadaan menurunnya kadar hemoglobin, hematokrit, dan ukuran atau jumlah eritrosit dibawah normal. Penurunan ini dapat disebabkan oleh hilangnya darah yang terlalu cepat atau karena terlalu lambatnya produksi sel darah merah sehingga menyebabkan penurunan kapasitas sel darah merah untuk mengangkut oksigen (Rahayu et al., 2024). Anemia masih merupakan masalah kesehatan utama masyarakat di dunia, khususnya di negara berkembang seperti Indonesia. Anemia gizi ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin yang dapat menimbulkan gejala lesu, lelah, lemah, letih, dan cepat lupa, yang akan berakibat menurunkan prestasi belajar, olahraga, dan produktifitas kerja. Selain itu, anemia gizi dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga tubuh mudah terserang infeksi (Pratama et al., 2022).

Dampak anemia pada remaja puteri akan memberikan kontribusi negatif bila hamil pada usia remaja ataupun saat dewasa yang dapat menyebabkan kelahiran bayi dengan berat badan bayi lahir rendah, kesakitan bahkan kematian pada ibu dan bayi. Selain itu, anemia juga mempunyai dampak negatif terhadap perkembangan fisik dan kognitif remaja (Azizah et al., 2023). Remaja putri merupakan kelompok risiko tinggi yang akanmengalami anemia dibandingkan remaja putra, dimana kebutuhan absorbsi zat besi memuncak pada umur 14-15 tahun pada remaja putri, sedangkan pada remaja putra satu atau dua tahun berikutnya (Syafriani et al., 2024). Selain itu, remaja putri mengalami pengurangan volume darah ketika mengalami menstruasi. Penyebab anemia gizi dari asupan makan adalah kurangnya asupan zat besi, Vitamin B12, vitamin C, dan asam folat, yang ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin atau kadar hemoglobin (Pratama et al., 2022).

Rendahnya pengetahuan remaja terhadap anemia berpengaruh pada kurangnya perhatian remaja dalam pemilihan makanan dan pencegahan masalah kesehatan terutama anemia. Hal tersebut pada akhirnya akan meningkatkan risiko anemia pada remaja. Masalah yang timbul akibat anemia ini antara lain badan lemas, kelelahan,penurunan fungsi kognitif dan produktivitas kerja, serta peningkatan risiko menderita anemia saat hamil nantinya (Adyani et al., 2024). Minimnya pengetahuan tentang anemia di kalangan remaja wanita membuat banyak dari mereka kurang baik dalam mengatur pola makan sehingga terjadi sikap dan perilaku pencegahan anemia yang kurang baik. Perubahan perilaku tidak selalu disebabkan oleh peningkatan pengetahuan sehingga remaja wanita yang memiliki wawasan baik terhadap anemia belum tentu baik dalam berperilaku mencegah anemia (Fatimatasari et al., 2024; Tunny et al., 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap siswi di SMPN 19 Muaro Jambi dengan melakukan wawancara dan pemeriksaan hemoglobin terhadap 13 orang siswi didapatkan 9 orang siswi (69,2%) menderita anemia, dan 11 orang siswi (84,6%) memiliki gejala sering pusing, berkunang-kunang, terutama menjelang dan saat menstruasi, dan mudah lelah. Pihak sekolah juga belum pernah mengadakan edukasi pencegahan anemia di sekolah.

Berdasarkan masalah tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “hubungan pengetahuan dan sikap remaja puteri terhadap pencegahan anemia di SMPN 19 Muaro Jambi”.

# METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat *suvey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Tempat penelitian di SMPN 19 Muaro Jambi. Populasi yang digunakan adalah seluruh siswi di SMPN 19 Muaro Jambi sebanyak 46 orang, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Analisa data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi sedangkan analisis bivariat menggunakan chi-square, yang disajikan dalam bentuk tabel dan narasi,

# HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan dan sikap remaja puteri terhadap pencegahan anemia di SMPN 19 Muaro Jambi disajikan dalam bentuk presentase sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No.** | **Variabel** | **F** | **(%)** |
| Pencegahan Anemia | Baik | 14 | 30,4 |
|  | Tidak Baik | 32 | 69,6 |
| Pengetahuan | Baik | 8 | 17,4 |
|  | Cukup | 21 | 45,7 |
|  | Kurang | 17 | 36,9 |
| Sikap | Positif | 22 | 47,8 |
| Negatif | 24 | 52,2 |

Sumber : Analisa Univariat (2024)

Berdasarkan Tabel 1. didapatkan hasil bahwa responden dengan pencegahan anemia baik 14 orang (30,4%) dan tidak baik sebanyak 32 orang (69,6%). Pada variabel pengetahuan, diperoleh pengetahuan baik sebanyak 8 orang (17,4%), cukup sebanyak 21 orang (45,7%) dan kurang sebanyak 17 orang (36,9%). Pada variabel sikap positif 22 orang (47,8%) dan negatif 24 orang (52,2%).

**Tabel 2. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Puteri Terhadap Pencegahan Anemia Di SMPN 19 Muaro Jambi**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | | **Pencegahan Anemia** | | | | **Total** | | **P-Value** |
| **Baik** | | **Tidak Baik** | |  | |  |
| F | % | F | % | F | % |  |
| Pengetahuan | Baik | 1 | 2,2 | 7 | 15,2 | 8 | 17,4 | 0,001 |
| Cukup | 11 | 23,9 | 10 | 21,7 | 21 | 45,7 |
| Kurang | 2 | 4,3 | 15 | 32,7 | 17 | 36,9 |
| Sikap | Positif | 13 | 28,2 | 9 | 19,6 | 22 | 47,8 | 0,000 |
| Negatif | 1 | 2,2 | 23 | 50 | 24 | 52,2 |

Sumber : Analisa Bivariat (2024)

Berdasarkan Tabel 2. didapatkan hasil bahwa hubungan pengetahuan terhadap pencegahan anemia diperoleh hasil bahwa dari 46 responden mayoritas responden dengan pencegahan anemia yang baik memiliki tingkat pengetahuan yang cukup yaitu 11 orang (23,9%) dan sikap yang positif sebanyak 13 orang (28,2%), dengan *p-value* 0,001*.* Sedangkan dari 46 responden mayoritas responden dengan pencegahan anemia yang tidak baik memiliki tingkat pengetahuan yang kurang yaitu 15 orang (32,7%) dan sikap yang negatif sebanyak 23 orang (50%), dengan *p-value* 0,000.

# PEMBAHASAN

Anemia pada remaja dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan sehingga tinggi badan remaja menjadi tidak mencapai optimal, mengakibatkan penurunan kemampuan fisik, mengakibatkan muka tampak pucat, kebugaran tubuh berkurang, konsentrasi belajar, kemampuan berpikir dan prestasi menurun. Keadaan anemia pada remaja putri akan mempengaruhi status kesehatan pada saat menjadi wanita usia subur. Remaja putri dengan anemia berisiko menjadi wanita usia subur dengan anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan (*p-value* 0,001) dan sikap (*p-value* 0,000) remaja puteri terhadap pencegahan anemia. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Siregar dkk (2023) dimana pengetahuan memiliki hubungan yang signifikan (*p-value* 0,031) dan sikap (*p-value* 0,000) yang dimiliki para siswi dengan terjadinya anemia (Siregar et al., 2023).

Penyuluhan tentang anemia menjadi sangat penting bagi remaja perempuan untuk menciptakan kesadaran dan menyebarluaskan pengetahuan terkait pengendalian dan pencegahan anemia. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa meningkatkan pengetahuan adalah salah satu tahapan awal menuju perubahan perilaku yang lebih baik. Oleh karena itu, pengetahuan gizi merupakan dasar penting untuk kebiasaan makan yang baik. Individu yang memiliki pengetahuan gizi lebih baik memiliki sikap terhadap makan makanan yang lebih sehat. Sebaliknya, pengetahuan yang buruk merupakan salah satu faktor risiko mengembangkan malnutrisi (Adiyani et al., 2020).

Menurut asumsi peneliti, pengetahuan remaja puteri tentang pencegahan anemia dapat dengan mudah diperoleh apabila remaja puteri memiliki motivasi untuk mengetahui tentang dampak anemia baik jangka pendek maupun jangka panjang. Selain itu keterpaparan informasi juga sangat berpengaruh, dimana akses internet yang mudah akan memberikan informasi terkait pencegahan anemia apabila kesadaran diri tentang kesehatan tinggi. Diperlukan adanya kegiatan edukasi tentang pencegahan anemia yang dilakukan oleh pihak puskemas yang bekerja sama dengan pihak sekolah untuk melakukan kegiatan rutin dalam memberikan edukasi kesehatan. Remaja puteri dengan pengetahuan yang masih dalam kategori kurang meskipun telah dilakukan edukasi dapat disebabkan karena remaja puteri kurang fokus dalam menyimak materi saat dilakukan edukasi dan motivasi remaja puteri yang rendah (Az-zahra & Kurniasari, 2022).

Seseorang dengan pengetahuan baik akan mempengaruhi orang tersebut untuk bersikap positif dalam melakukan pencegahan anemia. Adanya peningkatan pengetahuan yang ditunjang oleh pendidikan dan pengalaman, mempunyai dampak dalam menentukan sikap terhadap apa yang dilakukannya (Chrisnawati et al., 2024). Informasi yang diberikan pada penyuluhan dapat menambah pengetahuan remaja puteri tentang pencegahan anemia. Semakin sering remaja puteri mendapat informasi kesehatan khususnya tentang anemia, maka semakin baik pula pengetahuan dan sikap remaja dalam pencegahan anemia (Izdihar et al., 2022).

Upaya dalam peningkatan sikap remaja puteri melalui penyuluhan terkait pencegahan anemia merupakan langkah yang tepat dilakukan oleh tenaga kesehatan dan didukung oleh pihak yang peduli, artinya semakin baik pengetahuan remaja puteri tentang pencegahan anemia maka sikap positif akan muncul dalam menghadapi anemia (Kasumawati et al., 2020). Penyuluhan yang diberikan dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap seseorang dalam bertindak sehingga menjadi pola perilaku yang berubah kearah yang lebih baik. Maka peran remaja puteri sangat penting dalam upaya meningkatkan status kesehatannya di masa yang akan datang. Hal ini dapat menentukan sikap untuk memutuskan hal yang baik untuk menjadi calon ibu dalam mencegah anemia dan komplikasinya dalam persiapan kehamilan dan persalinan. Adanya sikap positif remaja puteri tentang pencegahan anemia dapat timbul karena adanya kesesuaian reaksi atau respon terhadap stimulus yaitu pengetahuan tentang pencegahan anemia (Djannah & Wisudawati, 2023).

Sikap positif yang dimiliki remaja puteri tidak terlepas dari pengetahuan atau informasi yang telah diperoleh dan pengetahuan yang dimilikinya sangat baik atau dalam kategori tinggi sehingga hal tersebut membentuk sikap positif atau penilaian remaja puteri yang baik terhadap pencegahan anemia (Karyawati, 2024). Sikap remaja puteri terhadap pencegahan anemia adalah persepsi mengenai dampak anemia jangka pendek maupun panjang yang menghasilkan sikap positif atau negatif dari remaja puteri berdasarkan informasi yang diterima (Julaecha, 2020). Sikap terbentuk dari beberapa komponen diantaranya adalah kemampuan kognitif. Kognitif merupakan komponen sikap yang berfungsi untuk membuat penilaian kepada suatu objek yang berasal dari luar yang akan menghasilkan sebuah nilai yang akan dikombinasi dari informasi yang telah diterima dan afektif merupakan perasaan yang diberikan kepada suatu hal yang diterima berdasarkan hasil penilaiannya (Musniati & Fitria, 2021).

# Menurut asumsi peneliti, kurangnya informasi remaja puteri tentang pencegahan anemia menyebabkan responden memiliki sikap negatif. Sikap mempengaruhi perilaku kesehatan remaja puteri seperti pemenuhan gizi dan siklus menstruasi. Asupan gizi yang kurang akan memberikan dampak pada kejadian anemia. Perlu dilakukan kegiatan rutin dalam memberikan edukasi gizi kepada remaja puteri untuk mengurangi sikap negatif dan menumbuhkan kesadaran akan kesehatan diri.

# KESIMPULAN

Sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup dengan pencegahan anemia yang baik. Terdapat hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap pencegahan anemia di SMPN19 Muaro Jambi.

**DAFTAR PUSTAKA**

Adiyani, K., Heriyani, F., & Rosida, L. (2020). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA PGRI 4 Banjarmasin. *Homeostasis*, *1*, 1–7. Http://Ppjp.Ulm.Ac.Id/Journals/Index.Php/Hms/Article/View/459

Adyani, K., Apriliana, S. D., & Susilowati, E. (2024). Pengaruh Media Edukasi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia: Literature Review. *Faletehan Health Journal*, *11*(02), 126–134.

Az-Zahra, K., & Kurniasari, R. (2022). Efektivitas Pemberian Media Edukasi Gizi Yang Menarik Dan Inovatif Terhadap Pencegahan Anemia Kepada Remaja Putri: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, *5*(6), 618–627.

Azizah, A. N., Maretta, M., Andhikatias, Y., & Putriningrum, R. (2023). Efektivitas Edukasi Anemia Dan Konsumsi Kelakai Terhadap Pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) Dalam Persiapan Kehamilan. *Jurnal Kusuma Husada*.

Chrisnawati, C., Maratning, A., Trihandini, B., Ramdhani, N. P., & Hasan, Y. B. (2024). Promosi Kesehatan Tentang Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Anggrek Banjarmasin. *JURNAL SUAKA INSAN MENGABDI (JSIM)*, *6*(2), 1–7.

Djannah, R., & Wisudawati, W. (2023). Pengaruh Pendidikan Gizi Dan Anemia Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Pencegahan Anemia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas Salakanagara*, *9*(1), 10–17.

Fatimatasari, F., Indrianasari, S., Choirunnisa, L. F., Putri, A. F., & Aldila, I. (2024). Sosialisasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Banyurojo Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini Di Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Jajama (JPMJ)*, *3*(1), 34–41.

Izdihar, M. S., Noor, M. S., Istiana, I., Juhairina, J., & Skripsiana, N. S. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Puteri Di SMAIT Ukhuwah Banjarmasin. *Homeostasis*, *5*(2), 333–342.

Julaecha, J. (2020). Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, *2*(2), 109–112.

Karyawati, T. R. (2024). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Puteri Di Sma 1 Gangga*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Hamzar.

Kasumawati, F., Holidah, H., & 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: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, *4*(1), 1–9.

Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Puteri Dan Wanita Usia Subur (WUS)*.

Musniati, N., & Fitria, F. (2021). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, *5*(2), 224–232.

Pratama, R. M. K., Antari, G. Y., Handayani, A. M., Permatasari, G., & Yuliastuti, L. P. S. (2022). Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat*, *7*(2), 144–150.

Rahayu, A., Surasno, D. M., Andiani, A., Mansyur, S., Soamole, M., Musiana, M., Nurhidayanti, S., Jafar, M. A. H., Toduho, N., & Sumiati, T. (2024). Upaya Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Anemia Remaja SMAS Muhammadiyah Kota Ternate. *Jurnal Medika: Medika*, *3*(2), 141–146.

Sari, M. H. N., & Anggraini, D. D. (2020). Analisis Sikap Dan Pengetahuan Terhadap Upaya Pencegahan Anemia Pada Mahasiswa Bidan. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, *5*(2), 135–143.

Siregar, E. D. P., Pasaribu, S. M., & Sipahutar, D. M. (2023). Pengetahuan Yang Baik Dan Sikap Positif Berperan Dalam Mencegah Anemia Pada Remaja Putri. *Health Information: Jurnal Penelitian*, E1252–E1252.

Syafriani, S. E., Zicof, E., Amos, J., Widdefrita, W., & Sidiq, R. (2024). Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Pencegahan Anemia Melalui Media Ludo. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, *16*(2), 622–630.

Tunny, R., Umagapi, F., & Astuti, A. D. (2024). Peningkatan Pengetahuan Melalui Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Pencegahan Anemia Pada Remaja Di Mts. Al-Muhajirin Ambon. *Karunia: Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat Indonesia*, *3*(2), 213–221.

Widaningsih, I. (2023). Peningkatan Kemampuan Remaja Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Kabupaten Bekasi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, *7*(1), 723–726.