PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DI SMA NEGERI KEBAKRAMAT KARANGANYAR

Hastutik[1] , N. Kadek Sri Eka Putri[2]
[1]Dosen Prodi D3 Kebidanan STIKes Mitra Husada Karanganyar
email: has_2tik@yahoo.co.id
[2]Dosen Prodi D3 Kebidanan STIKes Mitra Husada Karanganyar
email: kadekputri064@gmail.com

ABSTRACT. *Anemia is a health problem that is closely related to nutrition. Based on Riskesdas in 2018, the prevalence of anemia in adolescents was around 32%. This is influenced by the habit of nutritional intake that is not optimal and lack of physical activity is one of the risks that arise in the event of nutritional problems (Kemenkes RI, 2021). The purpose of this study was to determine the level of knowledge of young women about anemia at SMA Negeri Kebakkramat Karanganyar. The research method used is descriptive. The location of the research was carried out at SMA Negeri Kebakkramat Karanganyar, carried out in March 2022. The sample used in this study was 152 respondents. The sample size was determined using the Krejoie Table and the Harry King Nomogram. Measurement of knowledge using a closed questionnaire with 25 questions. The questionnaire has been tested for validity and reliability was carried out on 30 respondents, the validity test used the product moment correlation formula from Pearson, the reliability test used Alpha Cronbach. From the results of the study, it was found that most of the respondents had good knowledge (65.1%) and a small proportion (1.3%) had less knowledge about anemia.*

Keywords*: Knowledge, Young Women, Anemia*

ABSTRAK. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang berkaitan erat dengan gizi. Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 prevalensi anemia pada remaja berkisar 32%. Hal ini dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktivitas fisik adalah salah satu resiko yang timbul jika terjadi masalah gizi (Kemenkes RI, 2021). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Negeri Kebakkramat Karanganyar. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Lokasi penelitian dilaksanakan di SMA Negeri Kebakkramat Karanganyar, dilaksanakan pada bulan Maret 2022. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sejumlah 152 responden. Besarnya sampel ditentukan dengan menggunakan Tabel Krejoie dan Nomogram Harry King. Pengukuran pengetahuan dengan menggunakan kuesioner tertutup dengan 25 butir pertanyaan. Kuesioner telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dilakukan terhadap 30 responden, uji validitas menggunakan rumus korelasi *product moment* dari Pearson, uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik (65,1%) dan sebagian kecil (1,3%) mempunyai pengetahuan kurang tentang anemia

Kata kunci: Pengetahuan, Remaja Putri, Anemia

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan dan gizi di Indonesia pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menjadi fokus perhatian karena tidak hanya berdampak pada angka kesakitan dan kematian ibu dan anak, melainkan juga memberikan konsekuensi kualitas hidup individu yang bersifat permanen sampai usia dewasa. Timbulnya masalah gizi pada anak usia dibawah dua tahun erat kaitannya dengan persiapan kesehatan dan gizi seorang perempuan untuk menjadi calon ibu, termasuk remaja putri (Kemenkes RI, 2018).

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang berkaitan erat dengan gizi. Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 prevalensi anemia pada remaja berkisar 32%, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Hal ini dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktivitas fisik adalah salah satu resiko yang timbul jika terjadi masalah gizi (Kemenkes RI, 2021).

Sesuai dengan rekomendasi dari WHO tahun 2011, upaya penanggulangan anemia pada remaja putri dan WUS difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan, yaitu peningkatan konsumsi makanan kaya akan zat besi, suplementasi TTD, serta peningkatan fortifikasi bahan pangan dengan zat besi dan asam folat (Kemenkes RI, 2018).

Remaja putri merupakan kelompok yang rawan terjadi anemia jika dibandingkan dengan remaja laki-laki kerena pada remaja putri terjadi menstruasi setiap bulan dan sering kali melakukan diet untuk menjaga penampilan. Diet yang tidak seimbang akan menyebabkan tubuh kekurangan zat yang sangat penting seperti zat besi. Dampak terjadinya anemia dapat menurunnya imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan produktifitas. Selain itu, secara khusus anemia yang dialami oleh remaja putri akan berdampak lebih serius, mengingat mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan bayi sehingga memperbesar resiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir prematur dan berat badan lahir rendah (BBLR) (Kemenkes, 2018).

Pengetahuan merupakan pedoman bagi seseorang dalam membentuk sebuah tindakan. Oleh karena penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengetahuan remaja tentang anemia.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Penelitian dilakukan di SMA Negeri Kebakkramat Karanganyar pada bulan Maret 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah adalah semua remaja putri kelas XII SMA Negeri Kebakkramat Karanganyar sejumlah 247 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sejumlah 152 responden. Besarnya sampel ditentukan dengan menggunakan Tabel Krejoie dan Nomogram Harry King. Pengukuran pengetahuan dengan menggunakan kuesioner tertutup dengan 25 butir pertanyaan. Kuesioner telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap 30 responden, Uji validitas angket menggunakan rumus korelasi *product moment* dari Pearson, uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach menghasilkan nilai koefisien Alpha sebesar 0,750.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Siklus haid

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Teratur	118	77,6
Tidak teratur	34	22,4
Jumlah	152	100.0

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai siklus haid teratur (77,6%) dan sebagian kecil (22,4%) mempunyai siklus haid tidak teratur.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Haid

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
5-6 hari	55	36,2
7-8 hari	57	37,5
9-10 hari	40	26,3
Jumlah	152	100.0

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami haid antara 7-8 hari

(37,5%) dan sebagian kecil (26,3%) mengalami haid selama 9-10 hari.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	99	65,1
Cukup	51	33,6
Kurang	2	1,3
Jumlah	152	100.0

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik (65,1%) dan sebagian kecil (1,3%) mempunyai pengetahuan kurang tentang anemia.

Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, terutama mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau open behavior (Donsu, 2017).

Pengetahuan akan suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif, kedua aspek ini akan menentukan sikap seseorang. Semakin banyak aspek positif dan objek yang ditemui, maka akan menimbulkan sikap semakin positif terhadap objek tertentu (Notoatmojo, 2014)

Menurut Budiman dan Riyanto (2013) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, informasi atau media massa, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman, usia.

Pendidikan merupakan proses perubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dan merupakan usaha pendewasaan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin cepat menerima dan memahami suatu informasi sehingga pe-ngetahuan yang dimiliki juga semakin tinggi. Pengetahuan yang baik akan dapat mempermudah seseorang mengubah perilaku seseorang (Sriningsih, 2011). Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku. Pendidikan tidak hanya diperoleh dari bangku formal tetapi juga dapat diperoleh dari pendidikan nonformal maupun informal. Jika dilihat dari strata pendidikan, SMA merupakan pendidikan menengah pada pendidikan formal, selain dari pendidikan formal responden juga mendapatkan pengetahuan dari penyuluhan-penyuluhan yang sering dilakukan disekolah, mendapatkan informasi dari media sosial.

Pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya adalah informasi, jadi jika responden sudah pernah mendapatkan informasi berupa pendidikan kesehatan sebelumnya tentang anemia maka pengetahuannya juga akan bertambah (Wahyuningsih & Uswatun, 2019)

Lingkungan juga dapat mempengaruhi tingginya pengetahuan responden. Lokasi SMA Negeri Kebakramat yang sangat strategis ikut andil meningkatkan pengetahuan remaja. Kebakkramat merupakan salah satu kecamatan di Kabupaten Karanganyar yang berada disebelah barat kota Karanganyar dan merupakan pintu gerbang menuju Kabupaten Karanganyar. Kecamatan Karanganyar merupakan wilayah yang sangat penting dan mendukung bagi kemajuan Kabupaten Karanganyar diberbagai bidang termasuk bidang pendidikan.

Usia responden termasuk remaja pertengahan (15-18 tahun) dan sebagian kecil termasuk remaja akhir (18-21 tahun). Menurut Harlock (1990), masa remaja adalah merupakan masa yang penting, merupakan masa peralihan, masa perubahan, usia yang bermasalah, usia mencari identitas, masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan, masa remaja sebagai masa yang tidak realistis, masa remaja sebagai ambang masa dewasa. Dari ciri remaja tersebut maka remaja mempunyai tugas salah satu satunya adalah mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual untuk melakukan perannya sebagai anggota masyarakat, termasuk dalam hal ini adalah pengetahuan.

Tingkat pengetahuan seseorang mengenai tablet Fe juga mempengaruhi terhadap perilaku dalam memilih makanan yang mengandung zat besi (Yuniarti, Rusmilawaty & Tri Tunggal, 2015)

SIMPULAN

Sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik (65,1%) dan sebagian kecil (1,3%) mempunyai pengetahuan kurang tentang anemia.

DAFTAR PUSTAKA

Budiman & Riyanto A, 2013. *Kapita Selekta Kuisioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan.* Jakarta: Salemba Medika.

Direktorat Gizi Masyarakat. 2016. *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.

Donsu, J, D, T. 2017. *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Fajriyah, N.N., & Fitriyanto, M.L.H, 2016. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK). Maret 2016.

Hurlock, E. B. 1990. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih Bahasa: Soedjarwo dan Iswidayanti. Jakarta: Erlangga.

Kemenkes RI, 2018. *Kenali Masalah Gizi yang Ancam Remaja Indonesia*. Jakarta; Kementrian Kesehatan RI.

Kemenkes RI, 2018. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS).* Jakarta; Kementrian Kesehatan RI.

Kemenkes RI, 2021. *Remaja Sehat Komponen Utama Pembangunan SDM*. https://www.kemkes.go.id

Machfoedz, I. 2009. *Metodologi Penelitian Bidan Kesehatan, Keperawatan, Kebidanan, Kedokteran.* Yogyakarta: Salemba Medika

Notoadmodjo, S. 2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Notoadmodjo, S. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta

Proverawati, A. 2011. *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika

Sriningsih, I,. 2011. Faktor Demografi, Pengetahuan Ibu Tentang Air Susu Ibu dan Pemberian ASI Eksklusif. Jurnal Kesehatan Masyarakat 6 (2). Januari 2011. pp. 100-106.

Sugiyono, 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Suyanto, 2009. *Riset Kebidanan.* Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.

T.C Risva, S. Suyatno dan M.Z Rahfiludin, 2016. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Konsumsi Tablet Tambah darah Sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri (Studi Pada Mahasiswa tahun Pertama di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro). Jurnal Kesehatan Masyarakat (UNDIP), Vol 4 No 3, Agustus 2016. pp. 243-250.

Wahyuningsih A & Uswatun A, 2019. Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Karanganom. Involusi Jurnal Kebidanan Volume 9 No 17. pp: 4-13.

Yuniarti, Rusmilawaty & Tri Tunggal. 2013. Hubungan Antara Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar. Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia (JPKMI), Vol 2 No 1, pp. 31-36.