

LAPORAN PENELITIAN

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN ANEMIA
PADA SISWI SMP NEGERI 4 WONGGEDUKU



OLEH :

Ketua

Ekawati Saputri, S.Kep.,Ns.,M.Kep (NIDN.0925088801)

Anggota

Iis Afrianty, S.ST.,M.Keb (NIDN. 0917109001)

Dr. Grace Tedy Tulak, S.Kep.,Ns.,M.Kep (NIDN. 0920078505)

Evodius Nasus, S.Kep.,Ns.,ME (NIDN. 3430106501)

PROGRAM STUDI KESEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA III
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS SEMBILANBELAS NOVEMBER KOLAKA
2024

HALAMAN PENGESAHAN

Jenis Penelitian : Penelitian Mandiri
Judul : Gambaran Tingkat Pengetahuan Anemia pada Siswi SMP 4 Wonggeduku
Peneliti/Pelaksana
Nama Lengkap : Ekawati Saputri, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN : 0925088801
Program Studi : D3 Keperawatan
Alamat email : ekawatisaputri@gmail.com

Anggota 1
Nama Lengkap : Iis Afrianty
NIDN : 0917109001
Anggota 2
Nama Lengkap : Dr. Grace Tedy Tulak, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN : 0920078505
Anggota 3
Nama Lengkap : Evodius Nasus, S.Kep.,Ns.,ME
NIDN : 3430106501

Lokasi Penelitian : SMP Negeri 4 Wonggeduku
Lama Penelitian : 1 bulan
Biaya Penelitian : Rp. 1.200.000,-

Kolaka, 31 Juli 2024

Mengetahui
Koordinator Prodi D3 Keperawatan



Dr. Grace Tedy Tulak, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.196712122021211004

Ketua Peneliti/Pelaksana



Ekawati Saputri, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 1988082520132016

Menyetujui
Wakil Dekan I Fakultas Sains dan Teknologi
Universitas Sembilanbelas November Kolaka



Ir. Fathur Rahman Rustan, S.T.,M.T.,IPM
NIP.189503252019031011

ABSTRAK

Anemia digambarkan sebagai penurunan proporsi sel darah merah. Masalah gizi utama di Indonesia khususnya anemia defisiensi besi yang paling banyak dialami oleh para remaja atau anak sekolah. Kekurangan zat besi lebih tinggi di kalangan remaja putri, yang dapat dikaitkan dengan kehilangan darah selama siklus menstruasi, yang meningkatkan risiko kekurangan zat besi dan kebutuhan pertumbuhan yang cepat, terbatasnya asupan zat besi dari makanan, dan kebiasaan pola makan yang salah serta pengetahuan yang kurang mengenai makanan yang kandungan zat besi tinggi dan juga manfaat zat besi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang anemia pada siswi SMP Negeri 4 Wonggeduku. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif analitik. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 33 orang. Hasil penelitian ini adalah sebanyak 8 orang memiliki tingkat pengetahuan baik, 20 orang memiliki tingkat pengetahuan cukup dan 5 orang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Kesimpulan penelitian adalah tingkat pengetahuan tentang anemia, sebagian besar para siswi adalah kurang. Pengetahuan kurang ini akan mempengaruhi kejadian anemia bagi siswi SMP karena kurangnya pengetahuan siswi tentang penyebab, tanda dan gejala, pengobatan anemia, dan makanan yang banyak mengandung zat besi sehingga mempengaruhi siswi SMP mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi.

DAFTAR ISI

SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iii
DAFTAR ISI	iii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan	2
D. Manfaat	2
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	3
BAB IV METODE PENELITIAN.....	13
A. Desain Penelitian	13
B. Tempat dan Waktu Penelitian	13
C. Populasi dan Sampel.....	13
D. Teknik Sampling.....	13
E. Instrumen, Metode & Prosedur Pengumpulan Data	13
F. Analisis Data	13
G. Etika Penelitian.....	14
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	13
A. Hasil	13
B. Pembahasan	13
BAB IV PENUTUP.....	13
A. Kesimpulan.....	13
B. Saran.....	13
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel

Tabel 1 Karakteristik Responden	15
Tabel 2 Gambaran Tingkat Pengetahuan	15

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dunia global dihadapkan kepada problema kesehatan dengan berbagai variasi dalam prevalensi dan trendnya, ada tiga beban masalah gizi di dunia salah satunya anemia. Anemia adalah masalah kesehatan masyarakat yang utama, terutama yang mempengaruhi anak kecil, wanita hamil dan nifas, serta remaja putri dan wanita yang sedang menstruasi (WHO, 2023). Anemia digambarkan sebagai penurunan proporsi sel darah merah. Kisaran normal sel darah merah yaitu 13,5 hingga 18,0 g/dL pada pria, 12,0 hingga 15,0 g/dL pada wanita, 11,0 hingga 16,0 g/dL pada anak-anak dan bervariasi pada kehamilan tergantung pada trimester, tetapi umumnya lebih besar dari 10,0 g/dL (Turner et al., 2024)

Secara global, diperkirakan 40% dari semua anak usia 6-59 bulan, 37% wanita hamil dan 30% wanita usia 15-49 tahun terkena anemia (WHO, 2023). Masalah gizi utama di Indonesia khususnya anemia defisiensi besi yang paling banyak dialami oleh para remaja atau anak sekolah. Prevalensi anemia pada anak usia 5-14 tahun sebesar 16,3% dan usia 15-24 tahun sebesar 15,5% pada tahun 2023 (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Kekurangan zat besi lebih tinggi di kalangan remaja putri, yang dapat dikaitkan dengan kehilangan darah selama siklus menstruasi, yang meningkatkan risiko kekurangan zat besi dan kebutuhan pertumbuhan yang cepat, terbatasnya asupan zat besi dari makanan, dan kebiasaan pola makan yang salah (Aabdien et al., 2022; Zeleke et al., 2020)

Kekurangan gizi zat besi yang dialami remaja remaja juga disebabkan oleh pengetahuan yang kurang mengenai makanan yang kandungan zat besi tinggi dan juga manfaat zat besi. Penelitian Husanah & Juliarti (2021) menunjukkan nilai *p value* = 0,021, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia dengan POR = 3,235. Hal ini berarti responden dengan pengetahuan rendah memiliki risiko 3,2 kali untuk mengalami anemia dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan tinggi. Penelitian lain juga menunjukkan nilai *p value* sebesar

0,043 sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri (Husanah & Juliarti, 2021). Kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda dan gejala, komplikasi, dan pencegahan dapat menyebabkan remaja mengonsumsi makanan yang tidak banyak mengandung zat besi sehingga zat besi yang dibutuhkan tidak terpenuhi (Mulianingsih et al., 2021).

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran pengetahuan tentang anemia pada remaja putri?”

C. Tujuan

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang anemia pada remaja putri.

D. Manfaat

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah

1. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi tenaga kesehatan dalam menurunkan Angka Kejadian anemia pada remaja

2. Manfaat Teoritis

- a. Menambah wawasan bagi peneliti tentang Anemia
- b. Sebagai dasar acuan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian terkait Anemia.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari mengetahui suatu objek dengan panca inderanya. Informasi tersebut diperoleh melalui panca indera manusia yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Informasi diperoleh dengan mengamati sesuatu dengan indera penglihatan dan pendengaran (Wachdin, 2021). Pengetahuan atau kognitif merupakan aspek penting pembentuk perilaku dan tindakan setiap orang (Notoadmojo, 2014).

Pengetahuan tentang anemia memerlukan suatu proses kognitif dimana seseorang tidak cukup hanya sekedar tahu tetapi juga memerlukan suatu pemahaman yang berkaitan dengan anemia. Pemahaman tersebut dapat berupa pemahaman tentang kondisi sel darah merah saat anemia terjadi, pemahaman tentang faktor penyebab, tanda-tanda anemia dan gejala yang timbul ketika terjadi anemia. Selain itu pemahaman akan pola kebiasaan hidup sehari-hari juga sangat diperlukan dalam memahami tentang anemia. Pengetahuan yang didasari dengan pemahaman yang baik akan menjadi salah satu faktor utama yang dapat mencegah terjadinya anemia dan dapat menurunkan tingkat kejadian anemia (Wachdin, 2021).

1. Tingkat Pengetahuan

Setiap orang memiliki tingkat pengetahuan yang berbeda. Notoatmodjo membagi tingkat pengetahuan subjek menjadi 6 (enam) tingkatan, sebagai berikut (Notoadmojo, 2014):

a. Tahu (*Know*)

Pengetahuan merupakan dimensi pengetahuan yang paling mendasar dalam diri manusia. Kognisi adalah proses mengingat secara khusus setiap materi yang dipelajari atau rangsangan yang diterima sebelumnya. dengan menyebutkan, menggambarkan, mendefinisikan, mengungkapkan dll.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami adalah kemampuan menjelaskan dan menginterpretasikan tentang objek atau materi yang diketahui secara benar dengan cara menjelaskan menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi adalah kemampuan menggunakan materi yang dipelajari sebelumnya pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi juga dapat didefinisikan sebagai penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya.

d. Analisa (*analysis*)

Analisa adalah kemampuan menjabarkan materi atau objek ke dalam komponen-komponen, yang masih dalam satu struktur organisasi yang berkaitan satu sama lainnya. Kemampuan ini dapat ditunjukkan dengan proses pengambilan keputusan, membedakan, memisahkan, mengelompokan dan sebagainya.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam bentuk dan formulasi yang baru.

f. *Evaluasi* (Evaluation)

Evaluasi adalah kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek penelitian didasarkan pada suatu kriteria yang bisa ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang sudah ada.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Pengetahuan sebagai suatu hasil dari suatu penginderaan tentunya dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan dibedakan menjadi 2 (dua) yaitu faktor internal dan faktor eksternal sebagai berikut (Notoadmojo, 2014):

a. Faktor Internal adalah:

1) Pendidikan

Pendidikan merupakan bimbingan yang ditempuh seseorang untuk berkembang ke arah yang dicita-citakan untuk mencapai keselamatan

dan kebahagiaan. Pendidikan dapat mempengaruhi perilaku, pola hidup dan meningkatkan motivasi seseorang dalam pembangunan. Tingkat pendidikan mempengaruhi seseorang dalam memperoleh informasi. Semakin tinggi Pendidikan yang dimiliki seseorang semakin mudah dalam mendapatkan informasi. Begitu pula semakin rendah pendidikan seseorang maka akan menjadi hambatan memperoleh nilai-nilai baru.

2) Pekerjaan

Pekerjaan merupakan suatu kebutuhan penunjang kehidupan bagi seseorang dan keluarganya. Pekerjaan merupakan salah satu cara seseorang mencari nafkah yang dilakukan berulang-ulang dan dipenuhi dengan tantangan. Dalam bekerja, seseorang membutuhkan waktu yang banyak. Pekerjaan yang dilakukan oleh seorang ibu berpengaruh pada kehidupan keluarganya.

3) Informasi

Informasi yang baik berpengaruh pada tingkat pengetahuan seseorang. Opini dan kepercayaan seseorang dipengaruhi oleh berbagai sarana informasi dan komunikasi yang ada seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dan lain sebagainya. Informasi baru yang diperoleh dapat membentuk landasan kognitif baru sehingga membentuk pengetahuan yang baik.

b. Faktor Eksternal adalah sebagai berikut:

1) Lingkungan

Lingkungan merupakan keadaan yang ada disekitar setiap manusia yang berpengaruh langsung pada perkembangan perilaku seseorang atau suatu kelompok.

2) Sosial Budaya

Perilaku seseorang atau suatu kelompok dalam menjalankan hidup dan kehidupan dipengaruhi oleh kondisi sosial dan budaya setempat. Kondisi sosial budaya pada suatu masyarakat dapat mempengaruhi sikap seseorang dalam memperoleh informasi.

3) Pengukuran Pengetahuan

Suatu pengetahuan dapat diukur secara langsung dengan memberikan beberapa pertanyaan secara langsung melalui kegiatan wawancara. Materi pertanyaan disusun dalam bentuk angket sesuai dengan informasi pengetahuan yang diinginkan pada setiap subjek penelitian atau sampel (responden penelitian).

B. Tinjauan Tentang Anemia

1. Pengertian Anemia

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) atau hematokrit sangat rendah dibandingkan ambang batas yang diperbolehkan (referensi). Hal ini disebabkan rendahnya produksi sel darah merah (sel darah merah) dan Hb, peningkatan pemecahan sel darah merah (hemolisis), atau kehilangan darah yang berlebihan (Citrakesumasari, 2012). Anemia adalah suatu kondisi di mana jumlah sel darah merah, atau jumlah hemoglobin (protein yang membawa oksigen) dalam sel darah merah, rendah. Anemia adalah suatu kondisi akibat hilangnya komponen darah, kurangnya nutrisi yang diperlukan untuk pembentukan sel darah merah, sehingga terjadi penurunan kemampuan protein untuk membawa oksigen dari darah ke seluruh jaringan tubuh (Organ) (Desmawati, 2013).

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia

Kurangnya asupan zat besi merupakan faktor utama penyebab anemia. Terdapat 2/3 zat besi terkandung dalam sel darah merah (hemoglobin). Selain faktor tersebut juga terdapat faktor penyebab lain terjadinya anemia pada remaja putri yaitu tingkat pengetahuan, pendidikan, sikap dan perilaku, asupan gizi, pola menstruasi, serta kejadian infeksi (Permatasari et al., 2018).

Beberapa faktor yang dapat menjadi penyebab terjadinya anemia adalah sebagai berikut :

a. Status Gizi

Status gizi merupakan faktor utama pendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Status gizi memberikan pengaruh besar terhadap

kejadian anemia. Salah satu faktor yang berhubungan dengan status gizi terhadap tingkat kejadian anemia adalah faktor malnutrisi. Bentuk malnutrisi yang paling umum terjadi adalah defisiensi besi. Kekurangan zat besi merupakan salah satu gangguan gizi yang paling luas di negara berkembang negara dan negara maju, sehingga menjadi masalah kesehatan global. Anemia dapat mempengaruhi kemajuan kognitif, kinerja di sekolah, pertumbuhan fisik dan perilaku, dan kemampuan kekebalan anak Anda untuk penyakit. Pemenuhan kebutuhan nutrisi dan zat gizi mikro sangat penting pada anak perkembangan dan pertumbuhan mereka. Efek dari malnutrisi dengan kejadian anemia pada anak di ASIA memiliki pengaruh besar (Solechah, 2019).

b. Menstruasi

Darah menstruasi berasal dari lapisan uterus atau Rahim kemudian keluar. Saat menstruasi, menyebabkan zat besi yang terkandung dalam hemoglobin ikut terbuang dan keluar. Semakin lama menstruasi berlangsung, maka semakin banyak pengeluaran sel darah merah dari dalam tubuh, sehingga keseimbangan zat besi menjadi terganggu olehnya itu dibutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak untuk membentuk kembali sel darah merah (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hemoglobin adalah faktor umum yang memiliki efek negatif pada anemia, kelelahan dan beberapa sub dimensi lainnya. Skrining hemoglobin yang dilakukan secara teratur sangat berguna sebagai upaya untuk mencegah dan mengatasi masalah kesehatan yang bisa ditimbulkan seperti anemia (Kocaoz et al., 2019).

c. Pola dan Gaya Hidup

Pola dan gaya hidup modern membuat remaja cenderung lebih menyukai makan di luar rumah bersama teman-temannya. Pada umumnya remaja mempunyai kebiasaan makan yang kurang baik. Asupan makanan yang tidak memadai, status gizi buruk, merokok berat, dan konsumsi alkohol dikaitkan dengan risiko anemia. Pola diet terkait anemia. Pola makan dengan asupan tinggi telur, daging, jeroan, beras atau produk tepung, gorengan, minuman manis, dan makanan olahan secara signifikan meningkatkan risiko anemia, dan dikaitkan dengan penurunan hemoglobin, hematokrit, dan sel

darah merah, tetapi meningkat sel darah putih dan kadar protein C-reaktif. Selain itu, peminum alkohol saat ini, serta orang-orang yang kekurangan berat badan, kelebihan berat badan, obesitas, dan obesitas sentral, lebih mungkin meningkatkan risiko anemia (Paramastri et al., 2021).

d. Tingkat Pengetahuan tentang Anemia

Pengetahuan tentang anemia dan faktor risiko anemia pada remaja adalah hal yang penting bagi kesehatan masyarakat. Dengan pengetahuan yang diberikan maka akan membuka jendela pengetahuan pada remaja untuk meningkatkan Kesehatan dan dapat mencegah terjadinya anemia pada masa kehamilan. Intervensi pendidikan terstruktur efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik tentang Anemia Defisiensi Besi (ADB) pada remaja putri. Profesional perawatan kesehatan tidak hanya harus berorientasi pada masalah kesehatan ini di antara kelompok usia ini, tetapi juga didukung untuk memungkinkan intervensi mereka dalam lingkungan sekolah (Abu-Baker et al., 2021).

Tingkat pengetahuan tentang anemia memberikan kontribusi pada pencegahan anemia pada remaja putri. Pengetahuan yang diberikan melalui pendidikan di sekolah pada remaja putri tentang anemia memberikan pengetahuan dan perubahan sikap dalam mencegah anemia. Olehnya itu penting bagi petugas kesehatan dan sekolah dihimbau untuk meningkatkan promosi kesehatan reproduksi remaja khususnya mengenai anemia pada remaja putri dan pencegahannya (Kusuma & Kartini, 2021).

e. Tingkat Pendidikan Ibu

Tingkat pendidikan ibu merupakan salah satu faktor penentu terjadinya anemia pada remaja putri. Orang tua yang berpendidikan lebih cenderung memiliki pekerjaan yang baik dan berpenghasilan tinggi, memiliki pengetahuan yang lebih tentang makanan yang bergizi baik dan juga lebih cenderung mengadopsi perilaku pola hidup yang lebih sehat. Pendidikan kesehatan terhadap anemia pada ibu dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang anemia sehingga disarankan kepada tenaga kesehatan untuk meningkatkan pemberian pendidikan kesehatan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan tentang anemia (Aswitami & Udayani, 2019)

f. Status Sosial Ekonomi

Anemia sering terjadi pada masyarakat dengan status ekonomi yang rendah dan pada umumnya terjadi di daerah pedesaan. Tingkat anemia tertinggi terjadi pada kalangan masyarakat dengan status sosial ekonomi rendah atau masyarakat miskin. Peningkatan risiko anemia yang signifikan secara statistik di antara anak-anak dari rumah tangga yang lebih miskin dibandingkan dengan kalangan rumah tangga yang kaya (Shimanda et al., 2020).

g. Riwayat Penyakit

Kejadian anemia dipengaruhi oleh riwayat penyakit yang diakibatkan oleh infeksi yang terjadi karena peradangan dan asupan makanan yang tidak memenuhi kebutuhan zat gizi (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Penyebab penting; hemoglobinopati; dan penyakit menular, seperti malaria, TBC, HIV dan infeksi parasit. Selain itu anemia dan defisiensi zat besi juga dapat timbul karena kehilangan darah akibat schistosomiasis, infestasi cacing dan trauma. Defisiensi zat besi dapat mengakibatkan turunya imun seseorang. Hal tersebut diakibatkan karena penyakit infeksi yang meningkat. Seseorang dengan riwayat penyakit malaria karena hemolisis, infeksi parasit seperti cacing, trichuriasis, amoebiasis, dan schistosomiasis dapat menyebabkan kehilangan darah secara langsung dan kehilangan darah tersebut mengakibatkan defisiensi besi. Tingkat kesakitan akibat penyakit infeksi meningkat pada populasi defisiensi besi akibat efek yang menurunkan sistem imun seseorang (WHO, 2022).

h. Inflamasi

Anemia inflammation (AI), juga dikenal sebagai anemia of chronic disease (ACD), dianggap sebagai yang paling sering anemia pada pasien rawat inap dan penyakit kronis. Dia lazim pada pasien dengan penyakit yang menyebabkan berkepanjangan aktivasi kekebalan, termasuk infeksi, penyakit autoimun, dan kanker. Terbaru, daftar penyakit akibat anemia inflamasi telah berkembang menjadi penyakit ginjal kronis, gagal jantung kongestif, penyakit paru kronis, dan obesitas. Sitokin yang dapat diinduksi inflamasi dan pengatur utama zat besi homeostasis, hepcidin, memblokir penyerapan zat besi usus

dan menyebabkan retensi besi dalam sel retikuloendotelial, menyebabkan eritropoiesis kekurangan zat besi (Weiss et al., 2019).

Penyakit radang kronis juga dapat menekan produksi sel darah merah. Dalam keadaan lain, ruang sumsum tulang dapat diserang dan diganti (misalnya, oleh leukemia, limfoma, atau kanker metastatik, yang mengakibatkan penurunan produksi sel darah merah (Braunstein, 2021).

i. Perdarahan

Perdarahan merupakan salah satu penyebab anemia, bersamaan dengan perdarahan yang terjadi secara tiba-tiba akibat cedera atau perdarahan yang terjadi akibat pembedahan. Perdarahan seringkali lambat dan sering (perdarahan kronis), biasanya dari saluran pencernaan atau saluran kemih atau aliran menstruasi yang banyak. Perdarahan kronis sering menyebabkan kadar zat besi rendah, menyebabkan anemia yang lebih parah (Braunstein, 2021).

Anemia juga bisa terjadi ketika tubuh tidak memproduksi cukup sel darah merah. Banyak nutrisi yang dibutuhkan untuk produksi sel darah merah. Yang terpenting adalah zat besi, vitamin B12 dan folat (asam folat), tetapi tubuh juga membutuhkan tembaga dalam jumlah kecil dan keseimbangan hormon yang baik, terutama erythropoietin (hormon yang merangsang produksi sel darah merah). Tanpa nutrisi dan hormon ini, produksi sel darah merah bisa menjadi lambat dan tidak lengkap, atau sel darah merah bisa menjadi cacat dan tidak dapat membawa cukup oksigen (Braunstein, 2021).

3. Tanda-tanda dan Gejala Anemia

Anemia pada Sebagian besar penderitanya terlihat tanpa gejala yang berarti karena anemia berkembang dan tubuh secara efektif mengkompensasi keadaan kapasitas pembawa oksigen yang lebih rendah. Tanda dan gejala anemia awal ditunjukkan oleh tubuh penderita anemia secara umum adalah 5 L (Lesu, Letih, Lemah, Lelah, Lalai), disertai sakit kepala dan pusing (“kepala muter”), mata berkunang-kunang, mudah mengantuk, cepat capai serta sulit konsentrasi. Secara klinis penderita anemia ditandai dengan “pucat” pada

muka, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

4. Akibat Anemia

Seseorang yang mengalami anemia menyebabkan darah tidak cukup mengikat dan mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Oksigen yang tidak cukup disalurkan keseluruh tubuh dapat menimbulkan efek yang kurang baik bagi tubuh diantaranya, konsentrasi terganggu, daya tahan tubuh lemah dan mudah terserang penyakit, aktivitas fisik menurun, akibatnya aktifitas dalam kehidupan sehari-hari terganggu. Anemia yang berlangsung dalam waktu yang cukup lama dapat menimbulkan munculnya penyakit berbahaya lain seperti gagal jantung kongestif, penyakit infeksi kuman, thalasemia, gangguan sistem imun, dan meningitis (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Remaja putri yang mengalami anemia dapat mengakibatkan hal-hal sebagai berikut:

- a. Perkembangan motorik terhambat;
- b. Menurunnya tingkat mental dan kecerdasan;
- c. Tingkat kebugaran dan prestasi belajar menurun;
- d. Tingkat pertumbuhan pada tinggi dan berat badan tidak normal.

Anemia pada ibu hamil dapat terkendali dan tidak terjadi jika dilakukan strategi penanggulangan yang efektif sejak masa remaja (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

5. Upaya Pencegahan Anemia

Upaya pencegahan anemia merupakan salah satu usaha yang dilakukan secara intensif baik oleh para tenaga Kesehatan maupun para peneliti. Beberapa upaya yang dilakukan untuk pencegahan anemia adalah sebagai berikut:

- a. Makan-makanan yang banyak mengandung zat besi dari bahan hewani (daging, ikan, ayam, hati, dan telur), dari bahan nabati (sayuran yang berwarna hijau tua, kacang-kacangan dan tempe)
- b. Banyak makan makanan yang mengandung vitamin C yang bermanfaat

untuk peningkatan penyerapan zat besi. Misalnya jambu, jeruk, tomat dan nanas, dan lainnya

- c. Minum tablet penambah darah setiap hari, khususnya saat mengalami haid
- d. Konsultasi ke dokter jika ada tanda atau gejala anemia. (Harahap, 2018)

Skrining hemoglobin secara teratur yang dapat berguna dalam mencegah dan menyelesaikan masalah kesehatan yang akan ditimbulkan seperti anemia (Kocaoz et al., 2019). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), pencegahan karena adanya kekurangan zat gizi besi dapat dilakukan dengan tiga pendekatan dasar yaitu sebagai berikut:

1. Mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Zat besi dapat membantu pembentukan hemoglobin yang baru;
2. Pemberian suplemen tablet zat besi. Pada saat ini pemerintah mempunyai Program Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) pada remaja putri;
3. Edukasi kesehatan tentang pola makan sehat. Edukasi tentang bahaya konsumsi makanan siap saji bagi Kesehatan. Makanan siap saji dapat mempengaruhi pola makan remaja, makanan siap saji umumnya rendah zat besi, kalsium, riboflavin, vitamin A dan asam folat. Makanan siap saji mengandung lemak jenuh, kolesterol, dan natrium tinggi.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif analitik yaitu suatu metode yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberikan gambaran suatu objek yang diteliti melalui data atau sampel yang telah dikumpulkan sebagaimana adanya tanpa melakukan analisis membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2013). Peneliti ingin mengetahui gambaran tingkat pengetahuan siswi SMP Negeri 4 Wonggeduku.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di SMP Negeri 4 Wonggeduku pada tanggal 15-16 Februari 2024.

C. Populasi dan Sampel

Seluruh siswi perempuan di SMP Negeri 4 Wonggeduku yang memenuhi kriteria inklusi berjumlah 33 orang.

D. Teknik Sampling

Teknik Sampling dalam penelitian ini adalah menggunakan *total sampling*.

E. Instrumen, Metode & Prosedur Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan.

F. Analisis Data

Semua data yang terkumpul dilakukan analisis data menggunakan komputer dengan aplikasi SPSS. Adapun analisis yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis univariat dan bivariat yaitu data karakteristik

responden setiap kelompok dilakukan analisis univariat dengan hasil analisis data numerik yang disajikan dalam bentuk nilai mean, median, standar deviasi, nilai minimal-maksimal, CI 95% sedangkan data kategorik disajikan dalam bentuk distribusi proporsi.

G. Etika Penelitian

1. Prinsip Dasar Etika Penelitian

a. *Autonomy*

Dalam hal ini, responden berhak mengikuti atau menolak dalam penelitian.

b. *Confidentiality*

Sebagai subjek penelitian, responden berhak mendapatkan kerahasiaan informasi privasinya.

c. *Nonmalaficience*

Meminimalisir dampak yang terjadi pada responden.

d. *Beneficience*

Penelitian akan memberikan manfaat pada klien,

e. *Justice*

Penelitian ini dilakukan secara jujur, adil, tepat, cermat, hati-hati dan professional.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Hasil analisa data gambaran pengetahuan tentang anemia pada siswi SMP Negeri 4 Wonggeduku dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel. 1 Karakteristik Responden (N= 33 orang)

Karakteristik	n	%
Usia		
11 tahun	1	3
12 tahun	5	15,2
13 tahun	11	33,3
14 tahun	12	36,4
15 tahun	4	12,1
Kelas		
Kelas VII	12	36,4
Kelas VIII	14	42,4
Kelas IX	7	21,2

Hasil distribusi karakteristik pada tabel 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar siswi berusia 13 tahun (33,3%) dan 14 tahun (36,4%) serta berada di Kelas VII yaitu sebanyak 12 orang (36,4%) dan di kelas VIII sebanyak 14 orang (42,4%).

Tabel. 2 Gambaran Tingkat Pengetahuan (N= 33 orang)

Variabel	n	%
Tingkat pengetahuan		
Baik	8	24,2
Cukup	20	42,4
Kurang	5	21,2

Hasil gambaran tingkat pengetahuan menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan siswi berada di kategori cukup sebanyak 20 orang (42,4%).

B. Pembahasan

Hasil penelitian terkait tingkat pengetahuan siswi tentang anemia sebanyak 8 orang memiliki tingkat pengetahuan baik, 20 orang memiliki

tingkat pengetahuan cukup dan 5 orang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian oleh Ansyariah *et al.* (2023) yang menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan anemia siswi SMP pada kategori kurang. Sedangkan hasil penelitian Yuandari & Hateriah (2022) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan anemia siswi SMP sebagian besar pada kategori kurang. Masih rendahnya pengetahuan siswi SMP tentang anemia akan mempengaruhi siswi SMP terkena anemia seba salah satu faktor penyebab anemia adalah pemenuhan nutrisi dan menjaga pola makan. (Suraya *et al.*, 2024) juga mengungkapkan bahwa seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik akan mempengaruhi kemampuannya dalam memilih makanan sehat dan mengonsumsinya.

Pengetahuan akan sesuatu hal akan mempengaruhi pemahaman seseorang terhadap suatu kondisi atau kejadian. Seseorang akan mulai memahami dan mengetahui sesuatu dari pengetahuan yang didapatkan, pengetahuan yang bisa didapatkan baik dari teori maupun pembelajaran dari orang lain. Seorang remaja putri yang memiliki pengetahuan yang rendah tentang anemia disebabkan karena kurangnya kemampuan mereka untuk memahami dan meningkatkan kesadaran kurangnya kemampuan mereka untuk memahami dan meningkatkan kesadaran untuk mengetahui apa itu anemia (Husanah & Juliarti, 2021). Hal ini yang menyebabkan remaja putri rentan menderita anemia. Sejalan dengan penelitian Dewi *et al.* (2023) yang menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki pengetahuan rendah lebih banyak menderita anemia dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki pengetahuan baik.

Pengetahuan tentang penyebab, tanda dan gejala, pengobatan anemia, dan makanan yang banyak mengandung zat besi, akan memotivasi remaja untuk banyak mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Asupan zat besi yang cukup akan meningkatkan kadar Hb pada remaja sehingga akan mengurangi kejadian anemia (Syswianti *et al.*, 2024). Program pendidikan kesehatan tentang anemia tentu akan meningkatkan pengetahuan remaja putri. Penelitian oleh Maulina *et al.* (2023) menunjukkan

bahwa pendidikan kesehatan terhadap remaja putri memiliki pengaruh terhadap pengetahuan tentang pencegahan anemia. Pendidikan kesehatan yang diberikan menggunakan media video. Media dapat menghindari kesalahan persepsi, memperjelas informasi sehingga memudahkan pemahaman. Sasaran pendidikan kesehatan akan dapat menerima informasi dengan jelas sehingga pengetahuan akan meningkat (Fulatul, 2020). Hal ini dapat dikatakan bahwa pendidikan kesehatan akan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia sehingga akan mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini adalah tingkat pengetahuan tentang anemia, sebagian besar para siswi adalah kurang. Pengetahuan kurang ini akan mempengaruhi kejadian anemia bagi siswi SMP karena kurangnya pengetahuan siswi tentang penyebab, tanda dan gejala, pengobatan anemia, dan makanan yang banyak mengandung zat besi sehingga mempengaruhi siswi SMP mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi.

B. Saran

Saran penelitian ini adalah diharapkan dapat dilakukan penelitian lanjutan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada siswi SMP.

DAFTAR PUSTAKA

- Aabdien, M., Al Kaabi, N., Al-Kohji, S. M. S., & Selim, N. (2022). Epidemiology of iron deficiency among adolescents aged 10-19 years old in Qatar: a cross-sectional study. *BMJ Open*, *12*(12), 1–9. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-061666>
- Abu-Baker, N. N., Eyadat, A. M., & Khamaiseh, A. M. (2021). The impact of nutrition education on knowledge, attitude, and practice regarding iron deficiency anemia among female adolescent students in Jordan. *Heliyon*, *7*(2). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06348>
- Ansyariah, U., Laraeni, Y., Juntra Utama, L., & Adiyasa, I. N. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan, Sikap Tindakan terhadap Tablet Fe, dan Status Gizi pada Remaja Putri Anemia. *Student Journal of Nutrition*, *2*(2), 2963–4784.
- Aswitami, N. G. A. P., & Udayani, N. P. M. Y. (2019). The Effect of Health Education of Anemia in Relation with Knowledge of First-Trimester Pregnant Women in PMB Putu Mastiningsih, Abiansemal. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *8*(1), 16–20. <https://doi.org/10.30994/sjik.v8i1.196>
- Braunstein, E. (2021). *Anemia of Chronic Disease*. MSD Manual.
- Citrakesumasari. (2012). *Anemia Gizi Masalah dan Pencegahannya*. Kaliaka.
- Desmawati. (2013). *Sistem Hematologi dan Imunologi*. In Media.
- Dewi, E. S., Mardhiati, R., & Musniati, N. (2023). Factors Associated with the Incidence of Anemia in Girls at SMPN 17 Tangerang in 2022. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, *6*(1), 13–25. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2023.v6.13-25>
- Fulatul, A. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Vidio Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *5*(1), 296–300.
- Harahap, N. R. (2018). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Nursing Art*, *12*(2), 78–90.
- Husanah, E., & Juliarti, W. (2021). Determinants of Anemia in Teenage Girls Madrasah Aliyah Negeri. *Science Midwifery*, *10*(1), 500–505. <https://midwifery.iocspublisher.org/index.php/midwifery/article/view/237/212>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia. In *Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kemenkes RI*.
- Kocaoz, S., Cirpan, R., & Degirmencioglu, A. Z. (2019). The prevalence and

- impacts heavy menstrual bleeding on anemia, fatigue and quality of life in women of reproductive age. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 35(2), 365–370. <https://doi.org/10.12669/pjms.35.2.644>
- Kusuma, N. I., & Kartini, F. (2021). Changes in Knowledge and Attitudes in Preventing Anemia in Female Adolescents: A Comparative Study. *Women, Midwives and Midwifery*, 1(2), 46–54. <https://doi.org/10.36749/wmm.1.2.46-54.2021>
- Maulina, W., Maryuni, S., & Karmila Sari, E. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 4(1), 52–60.
- Mulianingsih, M., Nurmayani, W., Oktaviani, E., Ilham, Hayana, & Pertiwi, A. N. (2021). Factors Affecting Anemia Status in Adolescent Girls. *Journal of Health Education*, 6(1), 27–33. <https://doi.org/10.15294/jhe.v6i1.43758>
- Notoadmojo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Paramastri, R., Hsu, C. Y., Lee, H. A., Lin, L. Y., Kurniawan, A. L., & Chao, J. C. J. (2021). Association between dietary pattern, lifestyle, anthropometric status, and anemia-related biomarkers among adults: A population-based study from 2001 to 2015. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 1–15. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073438>
- Permatasari, T., Briawan, D., & Madanijah, S. (2018). Efektifitas Program Suplementasi Zat Besi pada Remaja Putri di Kota Bogor. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(1), 1. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i1.3705>
- Shimanda, P. P., Amukugo, H. J., & Norström, F. (2020). Socioeconomic factors associated with anaemia among children aged 6–59 months in Namibia. *Journal of Public Health in Africa*, 11(1), 20–24. <https://doi.org/10.4081/jphia.2020.1131>
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, R&D*. Alfabeta.
- Suraya, R., Maharani, A., Ahmadi, D. A., Anggita, D., Witriani, E., Hannari, M. I., Maulida, P., Rizqi, S., Refiana, R., Annisa, R., Dewi, S., & Hasanah, U. (2024). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Gizi di SMP Negeri 30 Medan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 1095–1101.
- Syswianti, D., Andhika, A., Roslan, D., & Hidayani, H. (2024). Relationship Between Knowledge And Size Of Muac With Anemia In Female Adolescents. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 10(1), 61–67. <https://doi.org/10.33024/jkm.v10i1.13037>
- Turner, J., Parsi, M., & Badireddy, M. (2024). Anemia. In *StatPearls Publishing LLC* (pp. 1–20). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK499994/>

- Wachdin, F. R. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe Di Bpm Atika Madiun. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 5(2), 136–140. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v5i2.3840>
- Weiss, G., Ganz, T., & Goodnough, L. T. (2019). Anemia of inflammation. *Blood*, 133(1), 40–50. <https://doi.org/10.1182/blood-2018-06-856500>
- WHO. (2022). Anaemia. In *World Health Organization* (pp. 1–9). https://www.who.int/health-topics/anaemia#tab=tab_1
- WHO. (2023). Anaemia. *World Health Organization*, May, 1–5. [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia#:~:text=Globally%2C it is estimated that,age are affected by anaemia.](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia#:~:text=Globally%2C%20it%20is%20estimated%20that,age%20are%20affected%20by%20anaemia.)
- Yuandari, E., & Hateriah, S. (2022). ANALISIS DESKRIPTIF TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI. *Jurnal Ilmiah Sengakreang Mataran*, 9(2), 51–53. <https://sangkareang.org/index.php/SANGKAREANG/article/view/495>
- Zelege, M. B., Shaka, M. F., Anbesse, A. T., & Tesfaye, S. H. (2020). Anemia and Its Determinants among Male and Female Adolescents in Southern Ethiopia: A Comparative Cross-Sectional Study. *Anemia*, 2020, 1–10. <https://doi.org/10.1155/2020/3906129>

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Usia :

Tinggi badan :

Berat badan :

Alamat :

Hari/Tanggal :

B. KUESIONER PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA

Beri tanda (√) pada jawaban yang menurut anda benar

No.	Pertanyaan	Benar	salah
1.	Kadar hemoglobin yang berada dibawah standar normal disebut anemia		
2.	standar normal kadar hemoglobin pada remaja putri adalah 12 gr/dl		
3.	Tanda-tanda dan gejala anemia yang dapat dilihat adalah lelah, letih, lesu, lalai dan lunglai		
4.	Kelopak mata, bibir, lidah, kulit, kuku dan telapak tangan nampak pucat bukan merupakan salah satu tanda-tanda dari anemia		
5.	Kekurangan zat besi merupakan penyebab utama anemia gizi dibanding kekurangan zat gizi lain		
6.	Salah satu faktor utama yang menyebabkan anemia gizi adalah rusaknya sel darah merah		
7.	Kehilangan darah pada wanita remaja dalam jumlah banyak bisa terjadi akibat dari menstruasi		
8.	Remaja yang sedang menstruasi tidak memerlukan zat besi lebih banyak		
9.	Penyakit cacingan (cacing tambang) dapat pula menyebabkan proses terjadinya anemia		
10.	Anemia pada remaja dapat berpengaruh terhadap kemampuan berkonsentrasi		
11.	Anemia pada remaja menyebabkan penurunan daya tahan tubuh		

12.	.Vitamin C dapat menghambat penyerapan zat besi di dalam usus.		
13.	Penyakit malaria tidak Dapat menyebabkan penyakit anemia		
14.	Anemia gizi besi tidak berpengaruh terhadap pertumbuhan tinggi badan		
15.	Anemia tidak berpengaruh terhadap prestasi Belajar		
16.	Penyakit anemia tidak Dapat dicegah atau diobati		
17.	Penyakit anemia tidak diobati dengan hanya makanan sumber zat besi		
18.	Zat besi yang terdapat dalam pangan hewani dengan jumlah yang cukup dapat mencegah terjadinya anemia gizi besi		
19.	Sayuran hijau dan buah-buahan serta kacang-kacangan dan padi-padian kurang mengandung zat besi.		
20.	Dengan makan sayuran saja tidak akan tercukupi kebutuhan zat besi bagi tubuh		
21.	Daging, telur dan hati merupakan sumber zat besi.		
22.	Vitamin C tidak diperlukan untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh.		
23.	Teh dan kopi sangat banyak mengandung vitamin C..		
24.	Tanin yang terdapat dalam teh dapat menghambat penyerapan zat besi di dalam tubuh .		
25.	Penyakit anemia hanya bisa diobati melalui pemberian tablet penambah darah		
26.	Tablet tambah darah tidak dapat diberikan kepada remaja.		
27.	Remaja yang sedang menstruasi sebaiknya tidak diberikan tablet tambah darah.		





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS SEMBILANBELAS NOVEMBER KOLAKA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
Jalan Pemuda Nomor 339, Telepon (0405) 2321132, Kolaka 93517
Email : rektorat@usn.ac.id, Laman : <http://usn.ac.id>

SURAT TUGAS

Nomor : 033/UN56.C03/PN.01.03/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : Ir. Sahrul Poalahi Salu, ST., MT., IPM
NI PPPK : 19860817221211001
Jabatan : Dekan Fakultas Sains dan Teknologi
Alamat : Desa Popalia, Kec. Tanggetada, Kab. Kolaka, 93564.

untuk kelancaran pelaksanaan tugas-tugas Tridharma dan dukungan manajemen lainnya, memberi tugas kepada :

NO.	NAMA PEGAWAI	NIDN	JABATAN/UNIT KERJA/PRODI
1.	Ekawati Saputri, S.Kep.,Ns.,M.Kep	0925088801	Dosen Prodi DIII Keperawatan
2.	Iis Afrianty, S.ST.,M.Keb	0917109001	
3.	Dr. Grace Tedy Tulak, S.Kep.,Ns., M.Kep	0920078505	

untuk melaksanakan penelitian dengan judul "Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah pada Siswi SMP Negeri 1 Wonggeduku " selama 6 (Enam) hari kerja terhitung sejak tanggal 12 Februari s.d 20 Februari 2024

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dilaksanakan dengan penuh tanggungjawab.

Tanggetada, 7 Februari 2024



Sahrul Poalahi Salu, ST., MT., IPM
NI PPPK : 19860817221211001
DEKAN