

GAMBARAN KEADAAN PENGETAHUAN MENGENAI ANEMIA PADA REMAJA PUTRI TINGKAT SEKOLAH MENENGAH ATAS

Tri Widiarti¹, Sarah Handayani²

Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA, Jakarta, Indonesia

widi.pml83@gmail.com¹, sarah_handayani@uhamka.ac.id²

Abstract

Received: 06-02-2023

Accepted: 15-02-2023

Published: 27-02-2023

Keywords: knowledge;
adolescent;
anemia

Purpose: to describe the understanding of anemia in high school senior high school students. With that in mind, this article aims to summarize data that describes the state of high school level female adolescent knowledge regarding anemia. **Method:** The method used in this study is the literature review method, namely by using journals from the last 10 years related to the state of knowledge about anemia in rheumatism by systematically reviewing articles, the internet, book reviews to identify and present a summary of information on the results of previous research from researchers about the condition knowledge about anemia in female adolescents at the senior high school level. The keywords used in the early stages of the article search were "anemia knowledge" and "adolescent anemia", after which topics related to the articles were selected from the journal database according to need. **Results:** The results of the literature review show that knowledge of anemia in high school rhymes is still lacking, therefore it is necessary to hold a follow-up program in order to increase knowledge about anemia. **Conclusion:** After conducting a literature review, the results of several studies indicate that knowledge about anemia is one of the factors causing anemia in young women. So it can be concluded that the majority of young women have less knowledge related to anemia, this lack of knowledge can be related to age and education.

Abstrak

Kata Kunci: pengetahuan;
remaja putri;
anemia

Tujuan: untuk mendeskripsikan pemahaman mengenai anemia pada remaja putri tingkat sekolah menengah atas. Dengan pemikiran tersebut, artikel ini bertujuan merangkum data yang menggambarkan keadaan pengetahuan remaja putri tingkat sekolah menengah atas mengenai anemia. **Metode:** Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode literature review yaitu dengan menggunakan jurnal 10 tahun terakhir terkait keadaan pengetahuan mengenai anemia pada remaja dengan meninjau artikel, internet, resensi buku secara sistematis untuk mengidentifikasi dan menyajikan rangkuman informasi hasil penelitian sebelumnya dari para peneliti tentang keadaan pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri tingkat sekolah menengah atas. Kata kunci yang digunakan pada tahap awal pencarian artikel adalah "pengetahuan anemia" dan "anemia remaja", setelah itu dipilih topik yang berkaitan dengan artikel dari database jurnal sesuai dengan kebutuhan. **Hasil:** Hasil kajian Pustaka memperlihatkan bahwa pengetahuan anemia pada remaja putri tingkat sekolah menengah atas masih kurang, oleh karena itu perlu diadakan program tindak lanjut dalam rangka meningkatkan pengetahuan mengenai anemia. **Kesimpulan:** Setelah dilakukan kajian literatur, hasil beberapa penelitian menunjukkan bahwa Pengetahuan mengenai anemia

merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja putri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas remaja putri mempunyai pengetahuan yang kurang terkait anemia, kurangnya pengetahuan ini dapat dikaitkan dengan usia dan Pendidikan.

Corresponding Author: Tri Widiarti
E-mail: widi.pml83@gmail.com



PENDAHULUAN

Anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobin atau jumlah sel darah merah di dalamnya lebih rendah dari normal (Pinasti et al., 2020).

Kriteria klinis anemia di Indonesia biasanya jika hasil dari uji laboratorium menunjukkan Hb < 10g/dL, Hematokrit < 30 g/dL dan Eritrosit < 2,8 juta/mm³ (Astutik & Ertiana, 2018). Tanda dan gejala yang umum terjadi jika mengalami anemia adalah 5L (Lesu, Letih, Lemah, Lelah, Lalai), sakit kepala dan pusing (“vertigo”), mata berkunang-kunang, mengantuk, mudah lelah dan sulit berkonsentrasi. Secara klinis, penderita anemia ditandai dengan wajah, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan yang pucat (Sari et al., 2022).

Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah jenjang pendidikan formal di Indonesia setelah menyelesaikan Sekolah Menengah pertama (SMP), level ini biasanya untuk siswa berusia 15-18 tahun dan dimulai di kelas 10-12.

Definisi remaja (adolescence) menurut WHO adalah orang yang berusia antara 10 sampai dengan 19 tahun. Sedangkan usia remaja menurut Kemenkes RI adalah antara 10 sampai dengan 18 tahun dan usia remaja menurut BKKBN adalah usia 10 hingga 24 tahun serta belum menikah. Menurut PBB, usia remaja yaitu 10-24 tahun, masa remaja awal berusia antara 10 hingga 14 tahun, dan remaja akhir berusia antara 15 hingga 19 tahun (Christian & Smith, 2018).

Menurut para ahli tersebut, berdasarkan batasan usia remaja, maka usia sekolah menengah atas memasuki tahapan remaja yaitu remaja akhir. dimana menurut pattimah (2021), masa remaja akhir (15-19 tahun) adalah masa dimana transisi remaja putri menuju dewasa.

Berdasarkan hasil penelitian di Sulawesi Barat dan Sulawesi Selatan tentang status gizi remaja putri usia sekolah, diperoleh data prevalensi stunting sebesar 34,1 % remaja putri yang diklasifikasikan stunting di 4 Sekolah Menengah Atas (SMA/MA) di Kabupaten Mamuju, Sulawesi Barat (Sitti Patimah, 2021). Kekurangan zat besi merupakan salah satu penyebab terjadinya stunting.

Kehilangan darah merupakan salah satu penyebab anemia (Suryani et al., 2015), kelompok usia remaja putri merupakan fase pertumbuhan dan setiap bulan mengalami siklus alami kehilangan darah, zat besi dibutuhkan untuk menggantikan zat besi yang hilang saat menstruasi hingga usia reproduksi. Percepatan pertumbuhan, perkembangan, kebiasaan makan, perubahan gaya hidup, kehamilan remaja dan aktivitas fisik pada remaja membuat kelompok ini rentan terhadap pemenuhan gizi (Riawati, 2021).

Anemia merupakan masalah yang rawan pada remaja putri (Rematri) (Suryani et al., 2015). Menurut Riset Kesehatan Dasar Indonesia (Riskesdas), 22,7% Rematri menderita anemia. Berdasarkan informasi tersebut, berarti bahwa satu dari empat remaja putri menderita anemia.

Kelompok masyarakat dengan angka kejadian anemia yang tinggi yaitu kelompok ibu hamil. Menurut (Ilmiyani et al., 2022) angka kejadian anemia pada ibu hamil sekitar 41,80% di dunia, sedangkan di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) pada tahun 2013, angka kejadian anemia pada ibu hamil adalah 37, 10%, dan pada tahun 2018, angka kejadian anemia pada ibu hamil sekitar 48,90% artinya 1 dari 2 ibu hamil mengalami anemia. Dari data hasil penelitian tersebut terlihat bahwa anemia merupakan hal yang perlu dibenahi sejak usia remaja, yang telah menjadi perhatian utama semua pemangku kepentingan kesehatan.

Masalah utama remaja putri di seluruh dunia adalah anemia defisiensi besi (ADB). Menurut WHO, salah satu faktor penyebab utama kematian di negara-negara dengan tingkat perekonomian menengah ke bawah adalah anemia defisiensi besi (ADB), selain itu, remaja putri yang menderita anemia beresiko menderita anemia selama kehamilan yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan kehamilan, janin yang terkandung di dalamnya dan dapat menyebabkan komplikasi kehamilan dan persalinan, salah satu dampak yang ditimbulkan pada anak ibu hamil dengan anemia adalah lahirnya bayi dengan berat badan kurang dari 2.500 gram / BBLR atau prematur/kurang dari 37 minggu (Audrey & Candra, 2016).

Akibat lain dari anemia defisiensi besi adalah melemahnya pertahanan tubuh, akibatnya penderita anemia rentan terhadap penyakit menular, penurunan kinerja dan konsentrasi karena kekurangan oksigen ke sel otot dan otak, yang mengarah pada penurunan kinerja, prestasi belajar dan produktivitas kerja, oleh karena itu pencegahan dan pengobatan sangat diperlukan.

Salah satu faktor penyebab anemia adalah kurangnya pengetahuan anemia pada seseorang, seperti yang dinyatakan oleh (Budiarti et al., 2021), kesehatan yang buruk, status gizi, infeksi parasit, dan kurangnya pengetahuan mengenai anemia merupakan faktor-faktor penyebab anemia pada remaja.

Status anemia seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor pendidikan, responden yang tidak bersekolah berpeluang 3,8 kali lebih besar mengalami anemia daripada responden yang berpendidikan sesuai usia (Kalsum & Halim, 2016).

Pengetahuan adalah hasil persepsi manusia, atau kenyataan bahwa seseorang merasakan sesuatu melalui panca inderanya (mata, hidung, telinga, dll). (Notoatmodjo, 2012)

Pengetahuan anemia adalah pemahaman seseorang akan kondisi atau keadaan yang berkaitan dengan anemia, contohnya seseorang memahami bahwa anemia adalah kekurangan darah merah, memahami gejala dan tanda serta memahami faktor penyebab anemia (Astuti, Sinta DeAstuti, S. D., & Trisna, 2017).

Penyebab lain dari anemia defisiensi besi (ADB) adalah infeksi parasit yang dapat menurunkan kadar Hb dalam darah seperti cacing tambang, schistosomiasis dan ascariis, serta kurangnya pengetahuan remaja putri dan orang tua tentang anemia, pendidikan orang tua dan gaya pengasuhan orang tua serta status sosial ekonomi, juga kekurangan mikronutrien lainnya (Basalamah et al., 2014).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan di MAN 1 Metro Lampung Timur yang menemukan bahwa adanya keterkaitan antara pengetahuan dengan prevalensi anemia (Martini, 2016). Remaja yang mempunyai sedikit pengetahuan mempunyai resiko 2 sampai 3 kali lebih mungkin terkena anemia daripada remaja yang mempunyai banyak pengetahuan.

Pengetahuan mengenai anemia berhubungan dengan pengetahuan gizi, yaitu jika pengetahuan seseorang tentang anemia baik, maka pola pikir dan sikapnya akan memilih pola makan yang seimbang agar terhindar dari anemia.

Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI), pengetahuan anemia remaja pada tahun 2012 tidak lebih baik dari kondisi tahun 2007, dan SDKI (2017) tidak memiliki data anemia pada remaja putri. Hasil ini serupa dengan survei terhadap remaja berusia 15 hingga 24 tahun yang dilakukan oleh Lembaga Demografi Universitas Indonesia di empat provinsi yang menemukan bahwa 88% remaja percaya bahwa anemia adalah kekurangan darah.

Artikel ini bertujuan merangkum data yang menggambarkan keadaan pengetahuan remaja putri tingkat sekolah menengah atas mengenai anemia.

METODE PENELITIAN

Literature review adalah metode yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu dengan meninjau artikel, internet, resensi buku secara sistematis untuk mengidentifikasi dan menyajikan rangkuman informasi hasil penelitian sebelumnya dari para peneliti tentang keadaan pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri tingkat sekolah menengah atas. Kata kunci yang digunakan pada tahap awal pencarian artikel adalah “pengetahuan anemia” dan “anemia remaja”, setelah itu dipilih topik yang berkaitan dengan artikel dari database jurnal sesuai dengan kebutuhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menemukan bahwa mayoritas remaja putri tidak mempunyai pengetahuan yang cukup tentang anemia, dan hasil penelitian sebelumnya di SMAN 1 Wiradesa Kabupaten Pekalongan menemukan bahwa mayoritas responden (64,3%) tidak tahu tentang anemia (Fajriyah & Fitriyanto, 2016).

Hasil riset ini bertentangan dengan SMA Negeri Kebakramat Karanganyar yang menemukan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang cukup mengenai anemia (65,1%) (Tutik & Putri, 2022), dan hasil penelitian di SMA Negeri 1 Depok menunjukkan bahwa remaja putri memiliki pengetahuan mengenai anemia cukup tinggi yaitu 84%, setelah dilakukan penyuluhan anemia tingkat pengetahuan naik menjadi 96% (Pangestu et al., 2022).

Penelitiannya menyebutkan bahwa tingkat pengetahuan mengenai anemia adalah salah satu faktor yang berkaitan dengan kejadian anemia (Kusnadi, 2021). Remaja putri berpengetahuan cukup lebih sadar akan pencegahan anemia daripada remaja putri berpengetahuan kurang. Sejalan dengan hasil penelitian tersebut yaitu penelitian yang dilakukan di MA Mathla'ul Anwar Gisting yang menemukan adanya kaitan antara pengetahuan mengenai anemia dengan prevalensi anemia pada remaja putri (Budianto & Fadhilah, 2016).

Hasil penelitian pada remaja putri kelas XI MAN 1 Metro Lampung Timur menunjukkan bahwa kejadian anemia sebesar 40% pada 115 orang dengan rata-rata kadar Hb 11,8 gram/dl (Martini, 2016). Status gizi, pengetahuan tentang anemia dan pendidikan ibu merupakan faktor-faktor yang berkaitan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian ini menemukan sebanyak 40% remaja putri yang kurang pengetahuan mengenai anemia dan 52% ibu dari remaja putri tersebut berpendidikan rendah atau Sekolah Menengah Pertama (SMP) ke bawah.

Hal ini sesuai dengan model perubahan perilaku atau teori Green Lawrence, artinya faktor perilaku adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan manusia. Faktor

predisposisi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku yang diwujudkan dalam pengetahuan, sikap, keyakinan, nilai, norma sosial, budaya dan sosial demografi. (Pakpahan et al., 2021).

Telah ditemukan juga bahwa semakin baik pengetahuan individu tentang konsekuensi penyakit, semakin banyak upaya pencegahan yang dilakukan. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, seseorang yang berpendidikan tinggi mempunyai pengetahuan yang lebih luas (Pakpahan et al., 2021).

Hasil ini berbeda dengan penelitian di SMK Analis Kimia Nusa Bangsa Kota Bogor yang menemukan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan mengenai anemia dengan prevalensi anemia (Dieniyah et al., 2019). Hal ini disimpulkan dari hasil analisis yang menunjukkan bahwa mayoritas responden (59,0%) mempunyai pengetahuan yang cukup tentang anemia, namun prevalensi anemia lebih besar (74,4%). Selain itu, hasil penelitian sebelumnya juga menunjukkan mayoritas responden (70,3%) memiliki pengetahuan cukup tentang anemia, namun prevalensi anemia lebih besar (74,7%) (Amany & Rokhanawati, 2017). Hal ini bisa terjadi karena biasanya mayoritas responden remaja putri sangat memperhatikan bentuk badannya, ingin terlihat langsing, sehingga membatasi konsumsi makanan dan mempunyai banyak pantangan terhadap makanan.

Kebiasaan makan yang tidak teratur, pantang makanan berprotein, keengganan makan sayur dan kebiasaan makan cepat saji merupakan faktor-faktor penyebab anemia pada remaja (Podungge, et al., (2021).

KESIMPULAN

Setelah dilakukan kajian literatur, hasil beberapa penelitian menunjukkan bahwa Pengetahuan mengenai anemia merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja putri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas remaja putri mempunyai pengetahuan yang kurang terkait anemia, kurangnya pengetahuan ini dapat dikaitkan dengan usia dan pendidikan.

Pengetahuan dan pengalaman bertambah seiring bertambahnya usia. Kurangnya pengetahuan tentang anemia di kalangan remaja putri membuat sebagian remaja putri cenderung tidak berusaha menghindari anemia karena mereka tidak memahami apakah makanan yang mereka makan setiap hari merupakan bagian dari diet seimbang atau tidak.

Remaja putri membutuhkan banyak zat besi dan tingkat nutrisi yang optimal untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya, namun remaja putri biasanya tidak makan makanan dengan gizi seimbang yang mengandung zat besi yang cukup karena ingin terlihat langsing (body image).

Upaya pencegahan anemia sangat penting untuk mempersiapkan remaja putri menjadi ibu sehingga dapat melahirkan bayi yang sehat.

BIBLIOGRAFI

- Amany, A. H., & Rokhanawati, D. (2017). *Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada siswi di 3 SMA Kota Yogyakarta*. STIKES'Aisyiah Yogyakarta.
- Astuti, Sinta DeAstuti, S. D., & Trisna, E. (2017). (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri wilayah Lampung Timur. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 12(2), 277–285.
- Astutik, R. Y., & Ertiana, D. (2018). *Anemia dalam Kehamilan*. Jawa Timur: CV. Pustaka Abadi.

- Audrey, H. M., & Candra, A. (2016). hubungan antara status anemia Ibu hamil trimester III Dengan kejadian bayi berat lahir rendah Di wilayah Kerja Puskesmas Halmahera, Semarang. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 5(4), 966–971.
- Basalamah, M. F., Pateda, V., & Rampengan, N. (2014). Hubungan Infeksi Soil Transmitted Helminth Dengan Kadar Hemoglobin Anak Sekolah Dasar Gmim Buha Manado. *E-CliniC*, 2(1).
- Budianto, A., & Fadhilah, N. (2016). Anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan tentang anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(10).
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2).
- Christian, P., & Smith, E. R. (2018). Adolescent undernutrition: global burden, physiology, and nutritional risks. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 72(4), 316–328.
- Dieniyah, P., Sari, M. M., & Avianti, I. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Analisis Kimia Nusa Bangsa Kota Bogor Tahun 2018. *PROMOTOR*, 2(2), 151–158.
- Fajriyah, N. N., & Fitriyanto, M. L. H. (2016). Gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(1), 97336.
- Ilmiyani, S. N., Basun, H. L., Dewi, N. P. S., Hartiani, T., & Yuliana, F. (2022). Pemanfaatan Buku Saku Anemia Pada Ibu Hamil Dalam Upaya Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan Kabupaten Lombok Barat. *Indonesian Journal of Community Dedication*, 4(2), 52–56.
- Kalsum, U., & Halim, R. (2016). Kebiasaan Sarapan Pagi Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja di SMA Negeri 8 Muaro Jambi. *Jurnal Penelitian Universitas Jambi Seri Sains*, 18(1), 9–19.
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Hutama*, 3(01 Oktober), 1293–1298.
- Martini, M. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di MAN 1 Metro. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 8(1), 1–7.
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Tasnim, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Sianturi, E., Tompunu, M. R. G., Sitanggang, Y. F., & Maisyarah, M. (2021). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Pangestu, S., Lestari, A., Priwardani, K., Zavira, D., Alettha, K., Permatasari, I., & Samaria, D. (2022). Tingkat Pengetahuan Mengenai Anemia Pada Remaja di SMA Negeri 1 Depok. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 3(2), 430–437.
- Pinasti, L., Nugraheni, Z., & Wiboworini, B. (2020). Potensi tempe sebagai pangan fungsional dalam meningkatkan kadar hemoglobin remaja penderita anemia. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 19–26.
- Riawati, D. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Avicenna: Journal of Health Research*, 4(2).

Sari, P., Hilmanto, D., Herawati, D. M. D., & Dhamayanti, M. (2022). *Buku Saku Anemia Defisiensi Besi pada Remaja Putri*. Penerbit NEM.

Sitti Patimah, S. K. M. (2021). *Strategi Pencegahan Anak Stunting Sejak Remaja Putri*. Deepublish.

Suryani, D., Hafiani, R., & Junita, R. (2015). Analisis pola makan dan anemia gizi besi pada remaja putri Kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas (Andalas Journal of Public Health)*, 10(1), 11–18.

Tutik, H., & Putri, N. K. S. E. (2022). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Sma Negeri Kebakramat Karanganyar. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 6(1).