

Identifikasi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri yang Mengalami Anemia di SMAN 9 Mataram

Elisa Oktaviana*, Dewi Nur Sukma Purqoti, Dedy Arisjulyanto

Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES YARSI Mataram

*Penulis korespondensi : oktavianaelisa194@gmail.com

ABSTRAK

Pada saat ini masalah ketidakcukupan gizi remaja masih didominasi oleh Negara berkembang, salah satunya Indonesia, sehingga remaja memerlukan perhatian khusus bagi dunia khususnya pemerintah Indonesia karena pengaruhnya dapat membawa dampak pada saat dewasa. Saat ini terdapat empat masalah gizi remaja yang utama di Indonesia yaitu Kekurangan Energi Protein (KEP), Anemia Gizi Baru (AGB), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKI) dan Kekurangan Vitamin A (KVA). Dari empat masalah diatas, yang paling sering terjadi adalah AGB pada remaja putri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri yang mengalami anemia di SMAN 9 Mataram. Metode penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yakni dengan *nonprobability sampling* yaitu *total sampling* dengan jumlah sample 62 orang. Analisa data yang digunakan adalah univariat dengan data disajikan dalam bentuk narasi, table distribusi frekuensi dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 62 responden mengalami kejadian anemia yang paling banyak yaitu anemia ringan sebanyak 43 siswi (69,4%), sedang 18 siswi (29%), berat 1 siswi (1,6) siswi dengan tingkat pengetahuan cukup baik yaitu sebanyak 30 siswi (48,4%), kurang baik 29siswi (46,8%), baik 3 siswi (4,8%). Sebagian besar responden pada penelitian ini masih mengalami anemia ringan dengan tingkat pengetahuan cukup baik.

Kata kunci: Anemia;Tingkat Pengetahuan

PENDAHULUAN

Remaja merupakan tahap dimana seseorang mengalami sebuah masa transisi menuju dewasa. Perubahan fisik dan psikis yang mencolok pada remaja, dalam melalui tahapan masa pubertas yang secara alami akan dilalui oleh setiap individu, akan berpengaruh terhadap status gizi dan status kesehatan remaja tersebut (Badriyah, 2011).

WHO menyebutkan bahwa anemia merupakan 10 masalah terbesar di abad modern ini. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut *World Health Organization*, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88% (WHO, 2015). WHO (*World Health Organization*) mengatakan ada 2,3 miliar penduduk di dunia menderita anemia, sebesar 50% nya disebabkan oleh Anemia Defisiensi Besi (WHO, 2017). Sementara di Asia Tenggara dan Afrika memiliki angka anemia yang tertinggi yaitu 85 persen. Di Pasifik Barat ada sekitar 100 juta jiwa mengalami anemia dimana sekitar 50% dari kasus remaja putri disebabkan oleh kurangnya zat besi, sedangkan di Indonesia sendiri, lebih dari satu dari lima orang remaja putri atau 22,7% menderita anemia. Anemia dapat menurunkan produktivitas kerja, konsentrasi belajar dan mengganggu kesehatan (Endang, 2011). Anemia pada remaja juga dapat membawa dampak kurang baik bagi remaja, anemia yang terjadi dapat menyebabkan menurunnya kesehatan reproduksi, perkembangan motorik, mental, kecerdasan terhambat, menurunnya prestasi belajar, tingkat kebugaran menurun dan tidak tercapainya tinggi badan maksimal (Andriani dan Wirjatmaji, 2016).

Berdasarkan data Puskesmas Selaparang tahun 2018, terdapat angka tertinggi jumlah anemia remaja putri tertinggi di SMAN 9 Mataram dengan jumlah anemia remaja putri sebanyak 62 siswa, yang kedua di SMPN 6 Mataram dengan jumlah anemia remaja putri sebanyak 56 siswa, yang ketiga di MTsN 2 Mataram dengan jumlah anemia remaja putri sebanyak 22 siswa, yang keempat di SMPN 8 Mataram

jumlah anemia remaja putri sebanyak 18 siswa dan kelima di MTs Haqqul Yaqin jumlah anemia remaja putri sebanyak 2 siswa.

Penyebab utama anemia adalah defisiensi besi. Penyebab lainnya adalah dikarenakan asupan dan sarapan zat besi yang tidak adekuat, yaitu kebiasaan mengkonsumsi teh secara bersamaan pada waktu makan, pengetahuan yang kurang tentang anemia, menstruasi, sikap yang tidak mendukung, asupan suplemen zat besi, pendidikan ibu maupun tingkat sosial ekonomi keluarga (Listiana, 2016).

Remaja putri lebih rentan mengalami anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki. Remaja putri lebih banyak membutuhkan zat besi daripada remaja putra, dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya (Andriani dan Wirjatmaji, 2012). Remaja putri yang mengalami menstruasi yang lama akan menyebabkan darah yang keluar lebih banyak sehingga memungkinkan terjadinya anemia (Fauziah dkk., 2012).

Remaja putri kebanyakan ingin langsing untuk menjaga penampilan, sehingga mereka melakukan diet ketat yaitu dengan mengurangi asupan makanan. Mengurangi asupan makanan (karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral) bisa menyebabkan kekurangan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh yang menyebabkan cadangan besi dibongkar. Keadaan itulah mempercepat terjadinya anemia (Kirana, 2011).

Pemerintah sudah melakukan berbagai tindakan strategis yang diharapkan remaja putri memiliki pengetahuan, sikap dan perilaku yang bertanggung jawab terhadap kejadian anemia strategis dari program perbaikan gizi untuk memutus siklus masalah agar tidak meluas ke generasi selanjutnya. Dua Program pemerintah Indonesia yang fokus terhadap penanggulangan anemia remaja putri yakni Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) dengan sasaran anak Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) melalui pemberian suplementasi kapsul zat besi. Salah satu upaya yang telah dilakukan pemerintah untuk mendukung gerakan 1000 HPK, khususnya dalam menanggulangi masalah anemia pada remaja adalah melalui pemberian suplemen Tablet Tambah Darah (TTD) berupa zat besi (60 mg FeSO_4) dan asam folat (0.25 mg). Berdasarkan RISKESDAS tahun 2018, remaja putri yang mendapat TTD di sekolah sebesar 80,9%, sedangkan yang tidak sebesar 19,1%.

Melihat dampak anemia dan tingginya prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Mataram dan studi pendahuluan yang telah dilakukan, melatarbelakangi pentingnya peneliti untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan remaja putri yang mengalami anemia di SMAN 9 Mataram.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri siswa SMAN 9 MATARAM yang terdiagnosa anemia dari Puskesmas Selaparang sebanyak 62 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu *non probability sampling* yaitu *total sampling*. Analisa data yang digunakan adalah univariat dengan data disajikan dalam bentuk narasi, tabel distribusi frekuensi dan persentase

Pada penelitian ini instrumen yang digunakan untuk memperoleh informasi atau data tentang keadaan objek atau proses yang terjadi yaitu dengan menggunakan kuesioner mengenai 20 pernyataan tentang pengetahuan. Pengukuran pengetahuan dalam penelitian ini adalah bila jawaban benar akan mendapat nilai 1 dan jawaban salah akan mendapat nilai 0. Menentukan nilai = (jumlah jawaban benar / jumlah seluruh soal) x 100, dan dalam menentukan kriteria responden sesuai dengan nilai atau hasil yang dijumlahkan dalam kategori kurang baik (nilai >56), cukup baik (nilai 56-75), dan baik (nilai 76-100).

Pada penelitian ini, uji validitas dilakukan pada remaja putri di berbagai tempat yang mengalami tanda dan gejala anemia seperti gejala 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lalai), anemia ringan maupun anemia

berat dan sudah memeriksakan diri ke Puskesmas terdekat. Adapun uji validitas dilakukan pada sebanyak 20 responden. Suatu item pertanyaan dinyatakan valid jika nilai korelasi yang dihasilkan lebih besar dari nilai r tabel 0,443 dengan jumlah sampel $N=20$ orang dan signifikannya 5%.

Hasil uji validitas kuesioner pengetahuan menyatakan bahwa nilai rata-rata r hitung untuk mengetahui pengetahuan 0,448-0,913. Karena nilai r hitung $> 0,443$ maka 20 item pada kuesioner pengetahuan dinyatakan valid. Sedangkan, nilai r apla (0,883) lebih besar dari r tabel, maka 20 item pertanyaan dinyatakan reliabel.

HASIL

Distribusi responden pada penelitian ini meliputi seluruh remaja putri di SMAN 9 MATARAM yang terdiagnosa anemia dari Puskesmas Selaparang. dapat dilihat pada tabel 1 dan tingkat pengetahuan dari remaja putri di SMAN 9 MATARAM yang mengalami anemia tersebut dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi remaja putri di SMAN 9 MATARAM yang terdiagnosa anemia dari Puskesmas Selaparang.

Data	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Anemia	Ringan	43	69,4
	Sedang	18	29,0
	Berat	1	1,6
Total		62	100

(Sumber: Data Sekunder Puskesmas Selaparang 2018)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi tingkat pengetahuan dari remaja putri di SMAN 9 MATARAM yang mengalami anemia.

Data	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tingkat Pengetahuan	Kurang Baik	29	46,8
	Cukup Baik	30	48,4
	Baik	3	4,8
Total		62	100

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa dari 62 responden mengalami kejadian anemia yang paling banyak yaitu anemia ringan sebanyak 43 siswi (69,4%), sedang 18 siswi (29%), berat 1 siswi (1,6) siswi.

Pada tabel 2. menunjukkan bahwa dari 62 responden dengan tingkat pengetahuan cukup baik yaitu sebanyak 30 siswi (48,4%), kurang baik 29 siswi (46,8%), baik 3 siswi (4,8%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa paling banyak pengetahuan tergolong kurang baik yaitu sebanyak 22 siswi (75,9%).

Pengetahuan hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Pada waktu penginderaan sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan manusia dipengaruhi melalui mata dan telinga. Dimana pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai sumber, misalnya media massa, media poster, dan lain sebagainya (Notoadmojo, 2012). Pengukuran dikategorikan menjadi baik, cukup, dan kurang (Wawan dan Dewi, 2010).

Hasil penelitian dan teori diatas diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Listiana (2016), dimana diperoleh nilai p -value 0,002, disimpulkan secara signifikan antara pengetahuan remaja putri

denga kejadian anemia. Remaja putri yang pengetahuannya kurang mempunyai peluang untuk terkena anemia dibandingkan dengan remaja putri yang pengetahuan baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas disimpulkan bahwa kurangnya pengetahuan tentang nemia, tanda-tanda, dampak, komplikasi dan pencegahan mengakibatkan remaja mengkonsumsi makanan yang kandungannya zat besinya sedikit sehingga asupan zat besi yang dibutuhkan remaja putri tidak terpenuhi. Untuk menanggulangnya yaitu berupa penyuluhan pada remaja putri tentang anemia.

Bagi pihak sekolah, SMAN 9 Mataram diharapkan lebih meningkatkan pemanfaatan UKS untuk lebih mengoptimalkan tindakan pencegahan dan penanggulangan anemia. Penggunaan UKS lebih ditingkatkan lagi, karena adanya UKS diharapkan siswi-siswi yang sudah terjaring anemia oleh Puskesmas setempat bisa lebih diintervensi lagi, selain intervensi dari Puskesmas seperti mengkonsumsi suplemen zat besi. Selain itu juga bagi siswi yang tidak terdiagnosis anemia, diharapkan mengetahui penyebab dan tindakan-tindakan pencegahan anemia, sehingga jumlah anemia siswi di SMAN 9 Mataram tidak bertambah dan meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, M. Dan Wirjatmaji, B. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Andriani, M. Dan Wirjatmaji, B. (2016). *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Badriyah. (2011). *Tolak Ukur dalam Mengetahui Pemahaman siswa*. <http://id.shoong.com/social-sciences/education/2137420-tolak-ukur-dalam-menegetahui-pemahaman/#xzz2rZMUymd>.
- Endang, D.L. (2011). *Asupan Zat Gizi pada Anak*. Surakarta: UPT Penerbitan dan Percetakan UNS.
- Fauziah, D., Nurlina, dan Korneliani, K. (2012). *Hubungan antara Pola Menstruasi dan Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Infirmitas Ciamis*. Program Studi Epidemiologi dan Penyakit Tropik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tasikmalaya.
- Kirana, DP. (2011). *Hubungan Asupan Zat Gizi dan Pola Menstruasi dengan Kejadian anemia pada Remaja Putri di SMA N 2 Semarang*: Diponegoro University.
- Listiana, A. (2016). *Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri Di SMKN 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah*. Jurnal Kesehatan.
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riskesdas. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian RI tahun 2018*. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Risikesdas%202018.pdf.
- Wawan dan Dewi. (2010). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- WHO. (2015). *The Global Prevalence of Anemia*. Geneva: WHO.
- WHO. (2017). *Global Accelerated Action for Health of Adolescents (AH-HA): Guidan to Support Country Implementation*. Geneva: WHO