
**GAMBARAN PERBEDAAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA
SEBELUM DAN SESUDAH DIBERI PENYULUHAN PADA
REMAJA PUTRI DI SMUN 5 KELAS XI-XII**

Sari Pratiwi Apidianti¹, Emi Yunita²

Universitas Islam Madura¹

Dosen DIII Kebidanan, Universitas Islam Madura²

Jl.PP.Miftahul Ulum Bettet, Pamekasan 69351, Madura

E-mail: saripratiwie86@gmail.com

ABSTRACT

Iron deficiency anemia is the most common nutritional problem in the world and affects more than 600 million people. Knowledge about anemia is one of the causes of the low ability to cope with the symptoms of anemia. To overcome public knowledge which is still classified in the less category, it can be done by conducting counseling. The purpose of this study was to describe the difference in knowledge about anemia before and after being given counseling to young women at SMA 5 Class 1-2 Pamekasan in 2008. This research is a descriptive survey. The sample is 33 respondents with quota sampling technique that is equal to 25% of the population. The independent variable is counseling. The dependent variable is Knowledge about Anemia before and after counseling. Data were collected by questionnaires and counseling using the lecture method. Data analysis using frequency distribution test. The results showed that the description of the level of difference in knowledge of adolescent girls about anemia before and after being given counseling at SMUN 5 Pamekasan in 2008 in the good category increased by 24%. Therefore, it is necessary to conduct IEC (communication, information and education) about anemia to students to prevent the occurrence of anemia, especially when young women are menstruating.

Keywords: Knowledge of Anemia, Counseling.

1. PENDAHULUAN

Besi (Fe) merupakan zat gizi mikro yang sangat diperlukan tubuh. Umumnya zat besi yang berasal dari sumber pangan nabati (non heme), seperti: kacang-kacangan dan sayur-sayuran mempunyai proporsi absorpsi yang rendah dibandingkan dengan zat besi yang berasal dari sumber pangan hewani (heme), seperti: daging, telur, dan ikan.⁶ Menurut World Health Organization (WHO), kekurangan zat besi sebagai salah satu dari sepuluh

masalah kesehatan yang paling serius [1]

Anemia merupakan salah satu faktor penyebab tidak langsung kematian ibu hamil. Angka Kematian Ibu (AKI) salah satu di Indonesia adalah tertinggi bila dibandingkan dengan ASEAN lainnya. Perempuan yang meninggal karena komplikasi selama kehamilan dan persalinan mengalami penurunan pada tahun 2013 sebesar 289.000 orang. Target penurunan angka kematian ibu sebesar 75 % antara tahun 1990 dan 2015 [2]. Jika perempuan

mengalami anemia akan sangat berbahaya pada waktu hamil dan melahirkan. Perempuan yang menderita anemia akan berpotensi melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) bayi dengan berat badan kurang dari 2,5 Kg. Selain itu anemia dapat mengakibatkan kematian baik pada ibu maupun bayi pada waktu proses persalinan [3]

Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut World Health Organization (WHO) [18], prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Jumlah penduduk usia remaja (10 – 19 tahun) di Indonesia sebesar 26,2% yang terdiri dari 50,9 % laki-laki dan 49,1% perempuan [4]

Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7 % dengan penderita anemia berumur 5 – 14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun [4]. Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada balita sebesar 40,5%, ibu hamil sebesar 50,5%, ibu nifas sebesar 45,1%, remaja putri usia 10 - 18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19-45 tahun sebesar 39,5%. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri [5]. Asupan protein dalam tubuh sangat membantu penyerapan zat besi, maka dari itu protein bekerja sama dengan rantai protein mengganggu elektron yang berperan dalam metabolisme energi. Selain itu vitamin C dalam tubuh remaja harus tercukupi karena vitamin C merupakan reduktor, maka di dalam usus zat besi (Fe) akan dipertahankan tetap dalam bentuk ferrose hingga lebih mudah diserap. Selain itu vitamin C membantu transfer Fe dari darah ke hati serta mengaktifkan enzim – enzim yang mengandung Fe [6]

Anemia menyebabkan daya tahan tubuh berkurang, akibatnya penderita anemia akan mudah terkena infeksi, mudah batuk pilek, flu serta mudah terkena infeksi saluran nafas. Selain itu anemia juga menurunkan prestasi belajar, olahraga dan produktifitas kerja. Pada anak, prestasi belajar juga terganggu karena pembentukan otak sejak kecil terhambat. Saat seseorang menderita anemia, maka jumlah sel darah merah

secara keseluruhan atau jumlah hemoglobin dalam darah merah berkurang [7]. Kondisi ini berdampak pada penurunan kemampuan sel darah merah membawa oksigen dan nutrisi ke seluruh tubuh. Akibatnya, tubuh kurang mendapat pasokan oksigen, yang menyebabkan tubuh lemas dan cepat lelah [8]

Gejala anemia lebih mudah dikenal dengan 5 L yaitu lemah, letih, lesu, lelah dan lalai. Gejala lain adalah munculnya selera (warna pucat pada bagian kelopak mata bawah), yang paling akurat adalah dengan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin [9]. Kadar Hb disebut normal jika di atas 12 g/dl. Hb antara 10-12 g/dl disebut anemia sedang, sementara 6-8 g/dl. Prevalensi anemia yang tinggi telah berlangsung lama (kronis) sehingga anemia dianggap hal yang biasa dan bukan sebagai penyakit. Asupan protein dalam tubuh sangat membantu penyerapan zat besi, maka dari itu protein bekerja sama dengan rantai protein mengganggu elektron yang berperan dalam metabolisme energi. Selain itu vitamin C dalam tubuh remaja harus tercukupi karena vitamin C merupakan reduktor, maka di dalam usus zat besi (Fe) akan dipertahankan tetap dalam bentuk ferrose hingga lebih mudah diserap. Selain itu vitamin C membantu transfer Fe dari darah ke hati serta mengaktifkan enzim – enzim yang mengandung Fe [8]

Untuk memberikan pengetahuan tentang masalah yang berkaitan dengan anemia dan cara penanganannya dapat dilakukan dengan penyuluhan. Sebelum melakukan penyuluhan peneliti merasa perlu untuk melihat tingkat pengetahuan sebelum dilakukan penelitian. Oleh sebab itu peneliti mengadakan penelitian awal dengan menyebar angket kepada 20 responden untuk mengetahui pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMUN 5 Pamekasan dengan hasil sebagai berikut

Hasil survei awal pengetahuan tentang Anemia pada remaja di Kabupaten Pamekasan tahun 2008 untuk yang berpengetahuan Baik (> 66%) sebanyak 3 orang (15 %), untuk yang berpengetahuan Sedang (33 – 66%) sebanyak 8 orang (40 %) dan untuk yang berpengetahuan Kurang (<33 %) Sebanyak 9 Orang (45%)

Dari data di atas bahwa hampir separuh remaja di SMUN 5 Pamekasan memiliki pengetahuan tentang anemia dalam kategori kurang (45%). Untuk menanggulangi pengetahuan masyarakat yang masih tergolong dalam kategori kurang dapat dilakukan dengan melakukan penyuluhan. Penyuluhan kesehatan adalah gabungan berbagai kegiatan dan kesempatan yang berlandaskan prinsip belajar untuk mencapai suatu keadaan, dimana individu, kelompok atau masyarakat secara keseluruhan ingin hidup sehat / tahu bagaimana caranya dan melakukan apa yang bisa dilakukan, secara perorangan maupun secara kelompok. Pemberian penyuluhan tersebut diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMUN 5 Pamekasan. Tujuan dari dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang “Gambaran perbedaan pengetahuan tentang Anemia sebelum dan setelah diberi penyuluhan pada remaja putri di SMUN 5 Kelas 1-2 Pamekasan tahun 2008”.

2. METODE PENELITIAN

2.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif survey atau eksploratif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif [10]. Peneliti menggunakan metode deskriptif karena bertujuan untuk menerangkan dan menggambarkan tentang gambaran perbedaan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri sebelum dan sesudah diberi penyuluhan.

2.2 Identifikasi Variable

Variabel adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu [10].

Variabel Bebas dalam penelitian ini adalah Penyuluhan tentang Anemia. Dan Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Pengetahuan tentang Anemia sebelum diberi penyuluhan pada remaja putri di SMUN 5 Kelas 1-2 Pamekasan tahun 2008 dan Pengetahuan tentang Anemia sesudah diberi penyuluhan pada remaja putri di SMUN 5 Kelas 1-2 Pamekasan tahun 2008.

2.3 Sampel Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri di SMUN 5 Kelas XI – XII Pamekasan sebanyak 132.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Arikunto, 2006).

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian remaja putri di SMUN 5 Kelas XI – XII Pamekasan yang memenuhi kriteria sampel (kriteria inklusi) sebanyak 33 orang.

Adapun kriteria inklusi sampel adalah :

1. Siswa SMUN 5 Pamekasan kelas XI – XII
2. Bersedia menjadi responden

2.4 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMUN 5 Kelas XI – XII Pamekasan.

2.5 Analisa data Penelitian

Analisis Secara Univariat

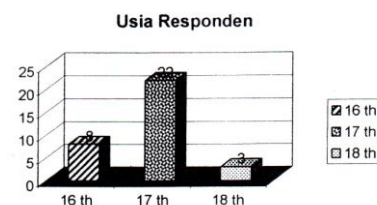
Distribusi Frekuensi Predisposisi dari Remaja Putri (Usia, Agama, Suku, pengetahuan sebelum dan sesudah diberi penyuluhan).

Setelah data terkumpul dilakukan tabulasi, kemudian dilakukan prosentasi dengan menggunakan rumus berikut : Data yang terkumpul kemudian diolah dengan cara pemberian skor dan penilaian di mana setiap jawaban yang salah mendapat skor 0 dan jawaban yang benar mendapat skor 1.

3. HASIL PENELITIAN

3.1 Data Umum

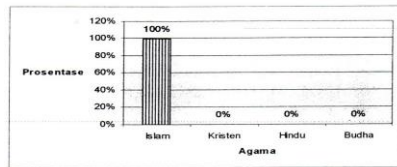
3.1.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Usia Responden



Sumber : Data Primer

Berdasarkan Tabel diatas menunjukkan bahwa diperoleh informasi bahwa usia responden sebagian besar (66,7%) berumur 17 tahun.

3.1.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Agama

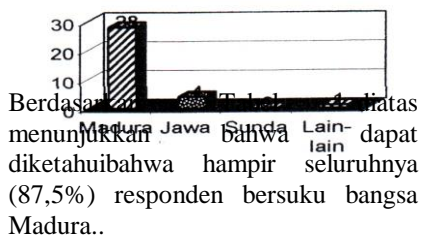


Sumber : Data Primer

Berdasarkan Tabel diatas menunjukkan bahwa diperoleh informasi bahwa dari 33 responden, seluruhnya (100%) responden beragama Islam.

- 3.1.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Suku Bangsa

Sumber : Data Primer



Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dapat diketahui bahwa hampir seluruhnya (87,5%) responden bersuku bangsa Madura..

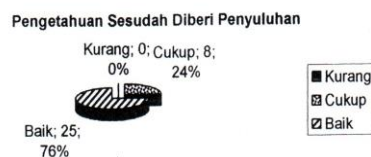
- 3.1.4 Distribusi frekuensi Pengetahuan Remaja putri tentang anemia Sebelum Diberikan Penyuluhan



Sumber : Data Primer

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum diberikan penyuluhan lebih dari setengahnya (52%) pada kategori cukup. Selanjutnya akan dijelaskan tentang pengetahuan remaja putri tentang anemiasesudah diberikan penyuluhan.

- 3.1.5 Distribusi frekuensi Pengetahuan Remaja putri tentang anemia Sesudah di berikan Penyuluhan



Sumber : Data Primer

Berdasarkan data pada tabel diatas diketahui bahwa bahwa pengetahuan remaja putri tentang anemia sesudah diberikan penyuluhan hampir seluruhnya (76%) pada kategori baik. Selanjutnya akan dijelaskan tentang pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

- 3.1.6 Gambaran Perbedaan Pengetahuan Remaja putri tentang anemia Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan

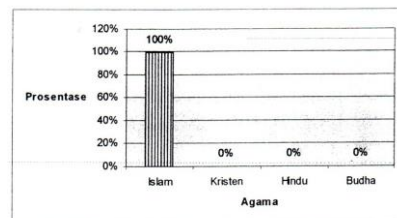
No	Ket	Sebelum Σ	Sebelum %	Sesudah Σ	Sesudah %	Keterangan
1	Rendah	3	9	0	0	Menurun 9 % (3)
2	Cukup	13	39	8	24	Menurun 15% (5)
3	Baik	17	52	25	76	Meningkat 24% (8)

Sumber : Data Primer

Berdasarkan table di atas diperoleh informasi bahwa sesudah diberikan penyuluhan, pada kategori tinggi terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia sebesar 24%.

4. PEMBAHASAN

- 4.1 ingkat Pengetahuan Remaja putri tentang anemia Sebelum Diberi Penyuluhan



Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 33 responden sebelum diberikan penyuluhan lebih setengahnya (52%) responden tentang anemia baik.

Pengetahuan adalah merupakan hasrat dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba [10] Pada hasil penelitian ini sesuai dengan teori [9] yang menyatakan bahwa dengan

bertambahnya umur seseorang maka pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki seseorang akan semakin bertambah semakin banyak pengalaman seseorang semakin baik pula pengetahuan yang dimilikinya, karena pengalaman itu merupakan salah satu cara untuk memperoleh pengetahuan.

Dari hasil penelitian yaitu umur responden 17 tahun sebesar 66,7%, sehingga pengalaman terhadap kejadian anemia juga akan dirasakan saat mengalami menstruasi sehingga gejala dari anemia seperti letih, lesu, lemah juga dirasakan. Pengalaman ini yang dapat membentuk pengetahuan. Pengalaman adalah peristiwa yang dialami dalam hidup seseorang atau diri kita sendiri [9]

Baiknya pengetahuan remaja putri tentang anemia menurut penulis dapat terjadi karena kejadian anemia sering dialami oleh remaja putri terutama saat menstruasi. Karena kejadian tersebut hampir setiap bulan dirasakan sehingga informasi tentang masalah anemia dirasakan penting untuk mencegah terjadinya anemia khususnya saat menstruasi.

4.2 Tingkat Pengetahuan Remaja putri tentang anemia Sesudah Diberi Penyuluhan

Berdasarkan grafik 5.5 dapat diketahui bahwa setelah dilakukan penyuluhan dari 33 responden bahwa hampir seluruhnya (76%) mempunyai pengetahuan Penyuluhan dapat diartikan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu/kelompok yang dilakukan secara berkesinambungan supaya individu/kelompok tersebut dapat memahami wacana yang disalurkan, sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan baik. Semakin banyak informasi, pendidikan dan umur seseorang maka semakin baik pula pengetahuan seseorang.[11]

Adanya pendidikan kesehatan atau penyuluhan tentang anemia, maka pengetahuan atau informasi yang benar dan utuh serta perilaku yang baik mengatasi anemia serta mencegah terjadinya anemia dalam dirinya. Dengan diberikannya penyuluhan tentang anemia maka remaja akan tahu tentang anemia misalnya pengertian

anemia, tanda dan gejala anemia, faktor terjadinya anemia, cara mencegah dan mengobati sehingga dapat menjalani kehidupannya dengan baik. [12]

Adanya peningkatan jumlah responden yang memiliki pengetahuan tentang anemia setelah diberi penyuluhan menandakan bahwa informasi yang diberikan selama penyuluhan dapat diterima sebagai informasi yang dapat menambah pengetahuan remaja putri khususnya tentang anemia.

4.3 Gambaran Perbedaan pengetahuan Remaja putri tentang anemia Sebelum dan Sesudah Diberi Penyuluhan

Berdasarkan analisis data, pada tabel 5.1 dapat dilihat bahwa sebelum dilakukan penelitian hampir setengahnya mempunyai pengetahuan baik. Setelah dilakukan penyuluhan pengetahuan remaja putri tentang anemia meningkat yaitu hampir seluruh remaja mempunyai pengetahuan tentang anemia baik. Dapat diketahui bahwa penyuluhan yang diberikan dapat menambah tingkat pengetahuan remaja tentang anemia.

Menurut [13] Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu, penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan ini domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.. Selain umur dan tingkat pendidikan pengetahuan remaja tentang anemia juga dapat dipengaruhi oleh informasi yang didapat. Informasi dapat membantu informasi tentang anemia maka semakin bertambah pula pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang tersebut.

Pemberian penyuluhan diharapkan remaja memiliki pengetahuan yang berkesan tentang anemia, sehingga penyuluhan tersebut dapat membentuk sikap seseorang. Untuk dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi haruslah meningkatkan kesan yang kuat. Karena itu sikap akan lebih mudah terbentuk bila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang

melibatkan emosi penghayatan pengalaman akan lebih mendalam dan lebih lama berbekas [14]

Diberikannya penyuluhan tentang anemia pada para remaja, mereka akan mendapatkan pendidikan tentang anemia. Ini terbukti pada penelitian, sebelum diberikan penyuluhan sebagian besar (52%) pengetahuan remaja baik dan sesudah diberikan penyuluhan hampir seluruhnya (76%) remaja sudah tahu tentang anemia dengan baik. Hal ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan, sesuai dengan pendapat dari [15] bahwa pengetahuan merupakan dominan yang penting untuk terbentuknya perilaku seseorang, tindakan seseorang (*overt behaviour*).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penyuluhan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri yang berkaitan dengan anemia, sehingga diharapkan petugas kesehatan lebih berperan aktif untuk melakukan KIE agar remaja putri memiliki pengetahuan yang positif masalah anemia maupun kesehatan reproduksi remaja.

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan dapat disimpulkan bahwa tingkat perbedaan pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum dan sesudah diberi penyuluhan di SMUN 5 Pamekasan pada kategori baik meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] S. A. Alwi I and S. B, *Buku ajar ilmu penyakit dalam*, Jilid II. Jakarta: EGC, 2014.
- [2] Kemenkes RI, *Jumlah Penduduk Usia Remaja*. Jakarta: Kemenkes RI, 2013.
- [3] Arisman, *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC, 2010.
- [4] B. P. dan P. K. K. K. RI, *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta, 2013.
- [5] V. C. Nurnia; Hadju, "Hubungan Pola Konsumsi dengan Status Hemoglobin Anak Sekolah Dasar di Wilayah Pesisir Kota Makassar," *Univ. Hasanudin*, pp. 1–12, 2013.
- [6] S. Syatriani and A. Aryani, "Konsumsi Makanan dan Kejadian Anemia pada Siswi Salah Satu SMP di Kota Makassar," *Kesmas Natl. Public Heal. J.*, vol. 4, no. 6, p. 251, 2010, doi: 10.21109/kesmas.v4i6.163.
- [7] I. P. Lestari and N. I. Lipoeto, "Hubungan Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Murid SMP Negeri 27 Padang," *J. Kesehat. Andalas*, vol. 6, no. 3, pp. 507–511, 2017.
- [8] M. C. E. Sukartiningsih and M. Amaliah, "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru Kabupaten Sumba Timur," *J. Kesehat. Prim.*, vol. 3, no. 1, pp. 16–29, 2018, [Online]. Available: <http://jurnal.polteke skupang.ac.id/index.php/jkp Factors>.
- [9] A. D. Seditama, *Ilmu Gizi*. Jakarta: Dian Rakyat, 2014.
- [10] Nursalam, *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika, 2010.
- [11] S. Notoatmodjo, *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2012.
- [12] Nursalam, *Proses dan dokumentasi keperawatan, konsep dan praktek*. Jakarta: Medika Salemba, 2011.

- [13] S. Arikunto, *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- [14] Proverawati, *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2012.
- [15] H. M. & W. F. Satari, *konsistensi Penelitian*. Bandung: Refika Aditama, 2011.