

Available online at : <http://jurnal.abulyatama.ac.id/index.php/acehmedika>  
ISSN 2548-9623 (Online)

## Universitas Abulyatama Jurnal Aceh Medika



### PENGARUH PEMBERIAN PENYULUHAN ANEMIA TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI

Pasyamei Rembune Kala, Ririn Destry, Nova Yanti, Susi Syafriani, Natasya

<sup>1)</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama.

Jl. Blangbintang Lama, Aceh Besar, Indonesia

\* Email korespondensi: [pasyamei\\_fkm@abulyatama.ac.id](mailto:pasyamei_fkm@abulyatama.ac.id)

Diterima 7 Januari 2023; Disetujui 16 April 2023; Dipublikasi 29 April 2023

**Abstract:** Anemia is a condition of a person's body that lacks red blood cells caused by a lack of hemoglobin so that the production of red blood cells is below normal limits. Anemia is mostly found in adolescents. Anemia also interferes with growth, resulting in imperfect height and weight. In addition, the body's resistance will also decrease so it is easier to get sick. Anemia can also lead to decreased energy production and lactic acid buildup in the muscles. Anemia can be influenced by several factors, one of which is due to nutritional deficiencies caused by diet programs. Diet refers to the way food is obtained, the type of food eaten, or how often a person eats. Anemia can also interfere with growth where height and weight become imperfect. In addition, the body's resistance will decrease so that it is susceptible to disease. Anemia in adolescents can have an impact on decreasing work productivity or academic ability at school due to the absence of passion for learning and concentration. This study used a pre-experimental design type one group pretest-posttest design. The population of this study was adolescent girls in Beuringen Village, Meurah District, Two Pidie Jaya Districts. The sampling technique used is total sampling. The type of instrument used in this study was a questionnaire. The population in this study was adolescent girls in Beuringen village, Meurah Dua District, Pidie Jaya Regency. The number of Sempel taken was 20 young women. The difference in counseling on anemia knowledge before and after most respondents increased from an average score of 2.00 to 1.00. From these results, it can be concluded that there are positive results from the counseling process carried out.

**Keywords:** Anemia, Young Women, Knowledge

**Abstrak:** Anemia merupakan keadaan tubuh seseorang yang kekurangan sel darah merah yang disebabkan dari kurangnya hemoglobin sehingga produksi sel darah merah dibawah batas normal. Anemia banyak dijumpai pada golongan remaja. Anemia juga mengganggu pertumbuhan, mengakibatkan tinggi dan berat badan tidak sempurna. Selain itu, daya tahan tubuh juga akan menurun sehingga lebih mudah sakit. Anemia juga dapat menyebabkan penurunan produksi energi dan penumpukan asam laktat di otot. Anemia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya dikarenakan kekurangan nutrisi yang disebabkan dari program diet. Diet mengacu pada cara makanan diperoleh, jenis makanan yang dimakan, atau seberapa sering seseorang makan. Anemia juga dapat mengganggu pertumbuhan dimana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna. Selain itu, daya tahan tubuh akan menurun sehingga mudah terserang penyakit. anemia pada remaja dapat berdampak pada menurunnya produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis di sekolah karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi. Penelitian ini menggunakan desain pra experimental jenis one group pretest-posttest design. Populasi penelitian ini adalah remaja putri desa beuringen kecamatan meurah dua kabupaten pidie jaya. Tehnik sampling yang digunakan adalah total sampling. Jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri desa beuringen kecamatan meurah dua Kabupaten Pidie Jaya. Jumlah Sempel yang diambil sebanyak 20 remaja putri. perbedaan penyuluhan tentang pengetahuan anemia sebelum dan sesudah sebagian besar responden meningkat dari nilai rata-rata 2.00 menjadi 1.00. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hasil positif dari proses penyuluhan yang dilakukan.

**Kata Kunci:** Anemia, Remaja Putri, Pengetahuan

## **PENDAHULUAN**

Anemia merupakan keadaan tubuh seseorang yang kekurangan sel darah merah yang disebabkan dari kurangnya hemoglobin sehingga produksi sel darah merah dibawah batas normal. Anemia banyak dijumpai pada golongan remaja (Kemenkes, 2022). Remaja dengan anemia dapat menurunkan produktivitas sekolah atau kemampuan akademik karena kurangnya motivasi dan konsentrasi. Anemia juga mengganggu pertumbuhan, mengakibatkan tinggi dan berat badan tidak sempurna. Selain itu, daya tahan tubuh juga akan menurun sehingga lebih mudah sakit. Anemia juga dapat menyebabkan penurunan produksi energi dan penumpukan asam laktat di otot (Notoatmodjo, 2011; Tarwoto, 2009).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi anemia antara lain pengetahuan gizi, pola makan dan kepatuhan minum tablet besi. Hasil penelitian Zulaekah menyatakan bahwa jika pengetahuan gizi dipadukan dengan pemberian suplementasi besi terhadap remaja putri akan menghasilkan peningkatan kadar hemoglobin yang paling efektif dibandingkan dengan pengetahuan gizi saja atau pemberian suplementasi mingguan selama dua belas minggu (Zulaekah, 2007).

Anemia juga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya dikarenakan kekurangan nutrisi yang disebabkan dari program diet yang sering dilakukan para remaja.

Diet mengacu pada cara makanan diperoleh, jenis makanan yang dimakan, atau seberapa sering seseorang makan. Kebiasaan makan seringkali tidak teratur, dan sarapan atau makan siang jarang disantap, sehingga remaja putri sering kali lesu dan kurang aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini dikarenakan pada usia muda sering terjadi pola makan yang salah atau pantangan makanan dengan kandungan zat besi yang tinggi, pengetahuan ibu sebagai penyedia makanan keluarga, pengetahuan remaja putri, pengaruh lingkungan, dan status gizi remaja tersebut (Suryani, 2015).

Hasil peneliti yang dilakukan Suharto (2008), pada remaja putri didapatkan 3,89% remaja melakukan diet penurunan berat badan, 16,78% tidak melakukan sarapan pagi. Perilaku remaja yang tidak sehat sehingga terjadi anemia dapat juga disebabkan oleh beberapa faktor. Masalah anemia pada remaja putri disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, sikap dan keterampilan remaja akibat kurangnya penyampaian informasi, kurang kepedulian orang tua, masyarakat dan pemerintah terhadap kesehatan remaja serta belum optimalnya pelayanan kesehatan remaja (Kemenkes, 2020).

Berdasarkan hal tersebut remaja putri perlu merespon permasalahan yang ditimbulkan oleh anemia, yang tentunya membutuhkan pemahaman yang memadai terhadap permasalahan tersebut dan menyikapinya dengan cara yang positif.

## METODE PENELITIAN

### Populasi

Populasi penelitian ini adalah remaja putri yang berada didesa Beuringen kecamatan Meurah Dua kabupaten Pidie Jaya.

### Sampel

Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh remaja remaja putri desa Beuringen kecamatan Meurah Dua kabupaten Pidie Jaya yang memenuhi kriteria inklusi dengan jumlah sampel sebanyak 19 Orang. Tehnik sampling yang digunakan adalah *total sampling*.

### Kriteria Sampel Penelitian

#### Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi sampel pada penelitian ini adalah :

- a. Respon bersedia mengisi kuesioner dan bersedia diberikan penyuluhan
- b. Respon berusia 16 sampai dengan usia 22 tahun.
- c. Respon berdomisili didaerah penelitian.

### Teknik Pengambilan Data

Penelitian ini menggunakan desain pra expriemental jenis one group *pretest-posttest design*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian penyuluhan anemia, sedangkan variabel dependen adalah tingkat pengetahuan remaja putri pada desa Beuringen kecamatan Meurrah Dua kabupaten Pidie Jaya terhadap kejadian anemia.

### Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner dalam penelitian ini digunakan untuk meneliti tentang pengaruh pemberian

penyuluhan tentang Pengaruh anemia terhadap tingkat pengetahuan remaja putri desa Beuringen Meurah Dua Kabupaten Pidie Jaya.

Setelah melakukan penyuluhan kami membagikan kuesioner pre-test untuk mengevaluasi pengetahuan remaja putri. Pemberian post-test dilakukan ketika remaja hendak meninggalkan posyandu, sekitar 15-20 menit setelah penyuluhan.

Kuesioner ini terdiri dari 20 soal dengan Jawaban benar diberikan nilai 1 dan jawaban salah diberi nilai 0, kemudian hasil dari perhitungan presentasi ini akan dikategorikan menurut skala ordinal menjadi 3 kategori yaitu pengetahuan rendah (0-7), sedang (8-14), dan tinggi (15-20). Data yang diperoleh akan di analisa menggunakan *paired simple t-test* untuk mengetahui dari kedua uji yang digunakan (sebelum dan sesudah penyuluhan anemia) peneliti menggunakan program analisis *statistic* dengan tingkat kepercayaan  $95\% < 0,05$ . Apabila diperoleh hasil  $p < 0,05$  maka terdapat pengaruh pemberian penyuluhan tentang Pengaruh anemia terhadap tingkat pengetahuan remaja putri

## HASIL PENELITIAN

Penelitian dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan remaja tentang pengetahuan anemia desa Beuringen kecamatan Meurah Dua kabupaten Pidie Jaya .Penelitian diawali dengan melakukan tes awal (*pretest*) dengan tujuan untuk mengukur pengetahuan awal para remaja putri tentang anemia, selanjutnya dilakukan proses penyuluhan yang disampaikan oleh tim

peneliti. Kemudian setelah penyuluhan selesai para remaja diberikan tes akhir (*posttest*) untuk mengukur peningkatan pengetahuan remaja putri terhadap anemia setelah dilakukan penyuluhan tersebut.

Tabel 1. Pengetahuan awal berdasarkan hasil *pretest*

NO.	PRE TEST	F	%
1.	Tinggi	5	27
2.	Sedang	9	46
3.	Rendah	5	27
Total		19	100

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa pengetahuan remaja putri sebelum diberikan penyuluhan mayoritas berada pada kategori sedang sebanyak 9 responden atau 46%, sedangkan kategori tinggi hanya 5 responden atau 27%, serta untuk kategori rendah sebanyak 5 responden atau 27%.

Tabel 2 Pengetahuan akhir berdasarkan hasil *post test*

NO.	POST TEST	F	%
1.	Tinggi	19	100
2.	Sedang	0	0
3.	Rendah	0	0
Total		19	100

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa pengetahuan remaja putri mengenai anemia sesudah diberikan penyuluhan seluruhnya berada pada kategori tinggi sebanyak 19 responden atau 100%.

Tabel 3. Perbedaan nilai rata-rata *pretest* dan *posttest*

No	Variabel	Mean	SD	Sig
1	<i>Pretest</i>	2.00	745	0,02
2	<i>Posttest</i>	1.00	000	

Berdasarkan data pada tabel 3, diketahui bahwa pengetahuan remaja putri mengenai anemia sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) dilakukan penyuluhan, seluruh responden

mengalami peningkatan pengetahuan dari nilai rata-rata 2.00 menjadi 1.00.

Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hasil positif dari proses penyuluhan yang dilakukan. Dimana hasil pengukuran menunjukkan semua responden memperoleh nilai dengan kategori tinggi, hasil ini menunjukkan hasil positif dari proses penyuluhan yang dilakukan.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan hasil yang cukup baik, dimana terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan remaja tentang anemia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa program penyuluhan dapat menjadi salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia. Dengan meningkatnya pengetahuan remaja tentang anemia maka diharapkan dapat menurunkan tingkat resiko tingginya anemia remaja disekitarnya.

Penyuluhan anemia pada remaja merupakan bagian penting dalam upaya perbaikan kasus anemia dimasyarakat. Penyuluhan yang diberikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang jika informasi yang diterima oleh suatu obyek penelitian sebaiknya dapat diaplikasikan langsung dalam kehidupan sehari-hari sehingga menjadi pola perilaku berubah ke arah lebih baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Kaur et al tahun 2006 menyimpulkan bahwa remaja putri dengan asupan harian besi 20 mg (OR=5.09,

CI=2.84- 9.11). Sedangkan remaja dengan asupan harian besi 14-20 mg juga akan cenderung menderita anemia sebesar 2x lipat dibanding remaja putri yang asupan hariannya >20 mg (OR=2.07, CI=1.17-3.64). Penelitian ini juga mendapatkan bahwa remaja dengan pola makan vegetarian akan cenderung berisiko terhadap kejadian anemia (OR=8.54, CI=5.7-12.8). (Kaur S et al., 2006)

Remaja putri termasuk salah satu kelompok yang rentan terhadap kejadian anemia. Ada banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia, salah satu faktor yang paling berkontribusi adalah defisiensi zat besi. Hal ini terjadi akibat asupan nutrisi yang tidak mempertimbangkan menu seimbang yang meliputi unsur karbohidrat, lemak, protein, zat besi, vitamin, mineral dan lain lain. Pola konsumsi makanan juga mempunyai andil besar terhadap kejadian anemia..(Zimmerman et al., 2007)

Penelitian lain yang mendukung adalah penelitian Ramzi et al tahun 2011 terhadap remaja putri di Kavar, Iran dimana ditemukan hubungan yang signifikan antara IMT dan kadar Hb. Penelitian lain yang juga mendukung adalah penelitian oleh Eckhardt et al tahun 2008 yang dilakukan di tiga Negara, yaitu Mesir, Peru dan Meksiko. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa prevalensi anemia cenderung berkurang dengan peningkatan IMT di Mesir dan Peru sedangkan hasil penelitian di Meksiko berbeda dimana tidak terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dan anemia. Hal ini dapat terjadi karena beberapa faktor. Menurut Yu Qin et al

tahun 2013 asupan besi dan vitamin C pada populasi Meksiko jauh lebih rendah daripada populasi lain dimana asupan harian besi hanya berkisar antara 8–9 mg dan asupan vitamin C kurang dari 30 mg/hari. (Ramzi M et al., 2011)

## PENUTUP

### Kesimpulan

Penelitian ini menggunakan desain pra experimental jenis one group pretest-posttest design. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri desa beuringen kecamatan meurah dua Kabupaten Pidie Jaya. Kuesioner dalam penelitian ini digunakan untuk meneliti tentang pengaruh pemberian penyuluhan anemia terhadap tingkat pengetahuan remaja putri desa beuringen kecamatan meurah dua kabupaten pidie jaya . Jumlah Sampel yang diambil sebanyak 19 remaja putri.

### Saran

Adapun saran dari peneliti :

1. Kepada pusat pelayanan kesehatan untuk melakukan skrining terhadap pasien dengan anemia yang dapat berguna untuk mencegah ataupun memperbaiki kualitas hidup pasien.
2. Kepada tenaga medis untuk dapat memberikan penyuluhan tentang *anemia*, dan memberikan terapi yang tepat kepada pasien yang mengalami anemia terutama remaja .
3. Perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut dengan sampel lebih besar mengenai pengaruh *anemia* terhadap kesehatan reproduksi remaja.

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Kaur S, Deshmukh PR, Garg BS. Epidemiological correlates of nutritional anemia in adolescent girls of Rural Wardha. *Indian Journal of Community Medicine*. 2006;31(4):255-8.
2. Kemenkes RI. 2020. Kesehatan Remaja. <http://depkes.co.id/aspirasianda/anemia-pada-remaja-putri>.
3. Notoatmodjo, S. 2011. Kesehatan Masyarakat. Jakarta : Rineka Cipta.
4. Ramzi M, Haghpanah S, Malekmakan L, Cohan N, Baseri A, Alamdari A, et al. Anemia and iron deficiency in adolescent school girls in Kavar Urban Area, Southern Iran. *Iran Red Crescent Med J*. 2011. 13(2):128-33
5. Suryani Desri, dkk. 2015. Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, Vol.10, No.1 Oktober 2015 (Diakses tanggal 10 Januari 2017).
6. Tarwoto. 2009. Kesehatan Remaja problem dan solusinya. Jakarta : Salemba Medika
7. WHO. Iron deficiency anemia, assessment, prevention and control, a guide for programe managers. Geneva: WHO; 2001.
8. Zimmerman MB, Klaus K. Nutritional anemia. Switzerland: Sight and Life Press; 2007. 218.
9. Zulaekah. 2007. Efek Suplementasi Besi, Vitamin C dan Pendidikan Gizi Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Anak Sekolah Dasar Yang Anemia Di Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Tesis, Program Pascasarjana Universitas Diponegoro Semarang.