

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 SURAKARTA

Linda Annisa Sholehah¹, Anik Suwarni², Atik Aryani³
^{1,2,3}Program Studi Keperawatan, Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan
Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi penulis: lindanisa31@gmail.com

Abstrak

Anemia adalah keadaan jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia. Salah satu faktor dominan yang berhubungan dengan kejadian anemia adalah pengetahuan. Jika remaja putri memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia, maka remaja putri dapat melakukan upaya pencegahan anemia dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Surakarta. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian survei yang berjenis deskriptif. Rancangan penelitian dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 18 responden, yang diperoleh dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan dengan kategori cukup yaitu sebanyak 66 remaja putri (55%). Diharapkan kepada petugas kesehatan agar meningkatkan penyuluhan kesehatan tentang anemia untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia sehingga dapat berkontribusi dalam upaya pencegahan sehingga mampu mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan dari anemia.

Kata Kunci: Remaja Putri, Anemia, Pengetahuan

Abstract

Anemia is a condition where the number of red blood cells or hemoglobin (Hb) levels in the blood are lower than normal. Girls are a group that is susceptible to anemia. One of the dominant factors related to the occurrence of anemia is knowledge. If girls have good knowledge about anemia, they can carry out anemia prevention behaviour well. This study aims to determine the description of knowledge about anemia in adolescent girls at SMP Negeri 2 Surakarta. The type of research used in this study is a descriptive type of survey research. Research design with a cross sectional approach. The sample in this study was 119 respondents, obtained using a proportional random sampling technique. The instrument used was a questionnaire. The research results showed that the majority of young women had knowledge in the sufficient category, namely 66 girls (55%). It is hoped that health workers will increase health counseling about anemia to increase the knowledge of adolescent girls about anemia so that they can contribute to prevention efforts so that they can reduce the negative impact caused by anemia.

Keywords: Teenage Girls, Anemia, Knowledge

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin. Hemoglobin adalah sel darah merah yang bertugas untuk membawa oksigen serta zat gizi lain seperti vitamin dan mineral ke otak dan ke jaringan tubuh. Kadar hemoglobin umumnya berbeda antara laki-laki dan perempuan. Pada laki-laki, anemia biasanya didefinisikan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 13,5 gram/100 ml dan pada perempuan kadar didefinisikan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 12,0 gram/100 ml (Astuti, 2023). Perempuan memiliki kadar rata-rata sekitar 12% lebih rendah daripada laki-laki, adanya perbedaan antara kadar hemoglobin laki-laki dan perempuan laki – laki kadar hemoglobin lebih tinggi daripada wanita, hal ini disebabkan massa otot pria relatif lebih besar daripada wanita. Sedangkan wanita akan mengalami menstruasi, karena banyak darah yang keluar dapat menyebabkan kadar hemoglobin lebih rendah (Hanin, 2023).

Dampak dari rendahnya status besi (Fe) dapat mengakibatkan anemia dengan gejala seperti pucat, lesu, lelah, sesak nafas, kurang nafsu makan serta gangguan pertumbuhan. Beberapa dampak langsung yang terjadi pada remaja putri yang terkena anemia adalah sering mengeluh pusing, mata berkunang kunang, warna pada kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, merasa lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai (Ariani et al., 2023). Pada remaja putri, asupan zat besi tidak hanya digunakan untuk mendukung pertumbuhan, tetapi juga digunakan untuk mengganti zat besinya yang hilang melalui darah yang keluar setiap mengalami menstruasi. Kondisi kebutuhan zat besi perempuan yang sangat tinggi inilah yang membuat perempuan berisiko mengalami kekurangan zat besi, yang nantinya dapat berkembang menjadi anemia (Suminar Mira et al., 2022).

Pada tahun 2021, terdapat 1,92 miliar orang (31,2%) di seluruh dunia menderita anemia. Risiko lebih tinggi terkena anemia pada usia 15 sampai 49 tahun dengan prevalensi anemia sebesar 33,7% (Ningrum et al., 2024). Pr78 remaja putri yang mengalami anemia di Indonesia berada pada angka 32% pada tahun

2018, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Di Provinsi Jawa Tengah persentase remaja putri kelas 7 dan kelas 10 yang telah dilakukan skrining Hb pada tahun 2023 sebesar 85,39%, dengan hasil 30,45% mengalami anemia, itu artinya 3 dari 8 remaja putri di wilayah Jawa Tengah mengalami anemia. Untuk angka kejadian di Kota Surakarta persentase remaja putri kelas 7 dan 10 yang dilakukan skrining Hb pada tahun 2023 juga didapatkan data sebesar 86,4% dengan hasil 20,4% mengalami anemia (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2023)

Pengetahuan merupakan faktor dominan yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Seseorang yang memiliki pengetahuan kurang baik 3.913 kali berisiko mengalami anemia dibandingkan dengan yang memiliki pengetahuan baik. (Hidayat et al., 2024). Informasi yang telah diperoleh individu dapat memberi landasan kognitif. Perilaku seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor situasional yang mencakup lingkungan seseorang hidup. Terbukti juga bahwa perilaku yang didasari pengetahuan lebih berjangka panjang dibandingkan dengan perilaku yang tidak didasari dengan pengetahuan (Nurhayati et al., 2024). Kurangnya pengetahuan pada remaja dapat menimbulkan masalah yang disebabkan oleh anemia, maka dari itu dibutuhkan pengetahuan yang cukup dalam menghadapi anemia (Putri, 2022a).

Menurut Notoatmodjo (2010) pengetahuan merupakan hal yang mendasari perilaku. Individu dengan pengetahuan yang kurang baik cenderung kurang memahami atau tidak menerima informasi secara menyeluruh. Dimana, pengetahuan yang dimiliki individu dapat mempengaruhi perilakunya. Pengetahuan perlu ditingkatkan untuk meningkatkan perilaku pencegahan pada individu (Hidayat et al., 2024). Jika remaja memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia, maka remaja dapat bertindak dan menyikapi perilaku pencegahan terjadinya anemia dengan baik sehingga kejadian anemia pada remaja putri dapat dihindari. Selain itu, anemia pada remaja putri juga tidak akan berdampak lebih serius, mengingat remaja putri merupakan para calon ibu hamil dan akan melahirkan bayi. Apabila tidak dilakukan upaya pencegahan anemia maka akan beresiko pada ibu dan bayi (Putri, 2022a).

Berdasarkan survei pendahuluan yang telah peneliti lakukan di SMP Negeri 2 Surakarta pada tanggal 23 September 2024 di SMP Negeri 2 Surakarta, didapatkan data jumlah peserta didik sebanyak 899 siswa dengan jumlah siswa perempuan sebanyak 460 siswa. Peneliti berhasil mewawancarai 10 remaja putri kelas VII, didapatkan data 8 dari 10 remaja putri sudah mengalami menstruasi dan 7 diantaranya pernah mengalami gejala anemia, seperti bibir pucat, sering pusing, sering merasa lelah, dan sulit berkonsentrasi ketika sedang melakukan pembelajaran. Peneliti juga mewawancarai mengenai pengetahuan anemia dengan hasil 6 dari 10 remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang tentang anemia, hal ini dibuktikan dengan 6 remaja putri tidak mampu menjawab terkait penyebab anemia dan cara pencegahannya. Hasil survei pendahuluan juga menyatakan diadakannya program konsumsi tablet tambah darah setiap satu minggu sekali pada Hari Jum'at untuk remaja putri di SMP Negeri 2 Surakarta. Berdasarkan masalah tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Gambaran pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Surakarta".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Surakarta pada tanggal 31 Januari 2025. Sampel penelitian sebanyak 119 remaja putri, yang diambil secara *proportional random sampling*. Instrumen pada penelitian ini menggunakan lembar kuesioner dari peneliti.

HASIL PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 2 Surakarta khususnya pada remaja putri. Penelitian dilakukan dengan mengambil data primer yaitu tentang gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Surakarta dengan cara menyebar kuesioner kepada remaja putri. Sebelum menyebarkan kuesioner, peneliti memberikan penjelasan terkait maksud dan tujuan dari pengisian kuesioner. Peneliti juga memberikan lembar *informed consent* kepada remaja putri sebagai kontrak persetujuan untuk menjadi responden. Jumlah populasi pada penelitian ini

sebanyak 174 remaja putri kelas VII-A hingga VII-J. Adapun jumlah sampel pada penelitian ini diambil sebanyak 119 responden remaja putri, pengumpulan data ini dilakukan secara offline di SMP Negeri 2 Surakarta dengan teknik *proportional random sampling*, setelah data kuesioner terkumpul kemudian data dimasukkan kedalam tabel dan dilakukan analisis serta interpretasi data.

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
12 tahun	64	54
13 tahun	51	43
14 tahun	4	3
<i>Mean</i> = 12 tahun		
<i>Min</i> = 12 tahun		
<i>Max</i> = 14 tahun		
Total	119	100

Berdasarkan data pada tabel diatas menunjukkan bahwa rata-rata usia responden remaja putri kelas VII di SMP Negeri 2 Surakarta adalah 12 tahun, dengan usia yang paling muda adalah 12 tahun dan usia paling tua adalah 14 tahun. Jika dilihat dari rentang usia, jumlah responden remaja putri terbanyak berusia 12 tahun sebanyak 64 responden (54%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Informasi mengenai Anemia

Informasi Mengenai Anemia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Pernah Mendapatkan	85	71
Tidak Pernah Mendapatkan	34	29
Total	119	100

Tabel 1. yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang sudah pernah mendapatkan informasi mengenai anemia sebanyak 85 remaja putri (71%). Informasi tersebut mereka dapatkan secara langsung ataupun melalui berbagai media. Informasi yang didapatkan secara langsung yaitu melalui seminar, edukasi/penyuluhan, dari organisasi PMR, penjelasan di sekolah, saat mata pelajaran P5 dijelaskan oleh dokter

di sekolah, posyandu, kegiatan di kelurahan serta sosialisasi. Adapun informasi yang didapatkan melalui media, mereka dapatkan melalui: *Youtube, Instagram, Tiktok, Google, Workshop, Meeting Online* dan TV.

2. Gambaran Tingkat Pengetahuan mengenai Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Surakarta

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan mengenai Anemia Di SMP Negeri 2 Surakarta

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	13	11
Cukup	66	55
Baik	40	34
Total	119	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebanyak 55% responden memiliki kategori tingkat pengetahuan mengenai anemia yang cukup yaitu sebanyak 66 responden (55%). Adapun rata-rata kategori tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri kelas VII di SMP Negeri 2 Surakarta adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Surakarta

Mean	Std. Deviasi	Min	Max
14,29	0,13	5	19

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa rata-rata skor tingkat pengetahuan tentang anemia pada responden yaitu 14,29 dengan nilai paling rendah 5 dan nilai yang paling tinggi 19. Sehingga rata-rata tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia di SMP Negeri 2 Surakarta berada pada kategori cukup.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 119 responden remaja putri kelas VII di SMP Negeri 2 Surakarta tahun 2025, hasil pengetahuan yang paling tinggi adalah pengetahuan dengan kategori cukup yaitu sebanyak 66 responden atau 55%, selanjutnya pengetahuan dengan kategori baik yaitu sebanyak 44 responden atau 34%, dan yang terakhir pengetahuan dengan kategori kurang yaitu

sebanyak 13 responden atau 11%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gusfina, 2022), pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 6 Kota Bengkulu yang didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yaitu 50% responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup tentang anemia, sebanyak 41% memiliki tingkat pengetahuan yang baik, dan sisanya sebanyak 8% memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai anemia.

Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah umur, intelegasi, lingkungan, sosial budaya, pendidikan, informasi, pengalaman, dan pekerjaan (Ramadhesia, 2022). Sebelum dilakukan penelitian ini, terdapat responden yang sudah pernah mendapatkan informasi mengenai anemia, ada yang mendapatkan informasi secara langsung dan ada pula yang mendapatkan informasi melalui sosial media. Responden yang mendapatkan informasi secara langsung sebanyak 20% dari total responden, informasi tersebut didapatkan melalui penyuluhan, seminar, edukasi pendidikan kesehatan di sekolah, bertanya kepada pihak kesehatan, edukasi langsung dari dokter, pendidikan kesehatan dari UKS sekolah, dan kegiatan-kegiatan atau acara di masyarakat.

Responden yang mendapatkan informasi secara tidak langsung, bisa mereka dapatkan melalui sosial media yang sudah sangat mudah di akses pada zaman digital ini, misalnya melalui TV, Tiktok, Youtube, Google, Instagram, *Meeting Online*, dan *Workshop*. Responden yang mendapatkan informasi secara tidak langsung sebanyak 50% atau separuh dari total responden. Adapun yang terakhir, sebanyak 30% responden belum pernah mendapatkan informasi mengenai anemia, baik itu secara langsung ataupun tidak langsung. Hal tersebut menunjukkan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi, bahwa ketidaktahuan responden disebabkan oleh informasi yang didapatkan oleh responden tidak menyeluruh dan menyebabkan informasi yang diterima tidak merata pada tiap responden.

Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi pengetahuan adalah faktor usia, namun dalam penelitian ini, usia responden dalam rentang yang sama yaitu remaja tahap awal pada usia 12-14 tahun. Dalam penelitian ini, usia

responden masih pada tahap perkembangan yang sama, artinya usia responden disini mungkin tidak mempengaruhi tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri. Begitu pula dengan faktor pendidikan, dalam penelitian ini, tingkat pendidikan yang sedang responden tempuh adalah Sekolah Menengah Pertama kelas VII, artinya pendidikan responden disini mungkin tidak mempengaruhi tingkat pengetahuan tentang anemia.

Di zaman yang serba digital ini, membuat manusia menjadi lebih mudah dalam mengakses berbagai hal terutama informasi mengenai anemia. Diharapkan remaja putri mampu meningkatkan kesadarannya untuk mempelajari dan memahami informasi mengenai anemia, karena remaja putri merupakan calon ibu pencetak generasi emas suatu bangsa. Di sisi lain, tenaga kesehatan yang berperan sebagai edukator diharapkan mampu meningkatkan media edukasi yang menarik sesuai dengan kemajuan zaman seperti membuat dengan video, poster, leaflet, serta media lainnya dengan tujuan agar remaja putri lebih tertarik dalam mempelajari masalah anemia (Putri, 2022b). Pemerintah bisa melakukan skrining kesehatan yang bertujuan untuk deteksi dini anemia pada remaja putri serta melakukan penyuluhan kesehatan berjangka secara rutin untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang anemia dan penanganannya (Rini & Sulastri, 2023).

KESIMPULAN

Gambaran pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Surakarta memiliki pengetahuan cukup sebanyak 66 responden (55%). Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada remaja putri di SMP Negeri 2 Surakarta tentang anemia.

SARAN

Penelitian ini diharapkan dapat membantu peningkatan dalam pengetahuan remaja putri terhadap informasi tentang anemia selain itu diharapkan kepada peneliti selanjutnya adanya pengembangan variabel berkaitan dengan topik anemia.

DAFTAR PUSTAKA

Ariani, A., Wijayanti Eko Dewi, D., Yuliantini, A., Siti Nurfitriya, R., Mulyana, A., &

- Ermilda, E. (2023). Edukasi Gaya Hidup, Pola Jajan Sehat dan Pemberian Jus Abc (Apple Bit Carrot) untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(4), 1462–1474. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.8970>
- Astuti, E. R. (2023). Faktor-Faktor Penyebab Anemia pada Remaja Putri. *Jambura Journal of Health Science and Research*, 5(2), 550–561. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index>
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah. (2023). *Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2023*. https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/1Profil_Kesehatan_2023/files/downloads/Profil_Kesehatan_Jawa_Tengah_2023.pdf
- Gusfina, R. olivia. (2022). Gambaran Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 165–171. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.22570>
- Hanin, T. A. (2023). Hubungan Paparan Pestisida Dengan Kadar Hemoglobin Pada Petani Di Desa Wonodadi Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu. In *Universitas Lampung*. Universitas Lampung.
- Hidayat, A. F., Mamlukah, M., Iswarawanti, D. N., & Suparman, R. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MAN 2 Tasikmalaya. *Journal of Health Research Science*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v4i1.1085>
- Ningrum, D., Wahyudin, U., Fauziyah, R. N., & Widartika. (2024). Inovasi Produk Makanan Lokal Tahu Dalam Upaya Pencegahan Anemia dan Mewujudkan Desa Sehat Mandiri. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA: Jurnal Hasil Pengabdian & Pemberdayaan Kepada Masyarakat*, 5(3), 407–416. <https://doi.org/https://doi.org/10.33394/jpu.v5i3.11854>
- Nurhayati, L., Marhamah, E., Fuady, A., Berliana, N., & Olivia, P. (2024). Pengetahuan Anemia Dan Tablet Fe

- Terhadap Kepatuhan Minum Tablet Fe. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 10(1), 45–53.
- Putri, E. P. (2022a). *Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Pencegahan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMK Kesehatan Nusantara Surabaya*.
- Putri, E. P. (2022b). *Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Pencegahan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMK Kesehatan Nusantara Surabaya*.
- Ramadhesisia, F. A. (2022). *Gambaran Pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) Tentang Kontrasepsi Implan Di Kalurahan Purwomartani Kapanewon Kalasan Kabupaten Sleman Tahun 2022*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Rini, S. H. S., & Sulastri, S. (2023). Penyuluhan Anemia Pada Remaja Di SMA N I Gringsing. *Abdi Surya Muda*, 2(2), 1–8. <https://doi.org/10.38102/abdisurya.v2i2.341>
- Suminar Mira, Juliastuti Dyah, & Febriyan Nuru Tias. (2022). Hubungan Status Gizi dan Tingkat Pengetahuan dengan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, V(1), 2. <https://orcid.org/0000-0002-4159-9166>