



## HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TERHADAP STATUS ANEMIA PADA REMAJA PEREMPUAN DI MAN 1 PADANG TAHUN 2024

### *The Relationship Of Knowledge And Attitudes Towards Anemia Status In Adolescent Women In MAN 1 Padang, 2024*

Madina Munawaroh<sup>1</sup>, Debie Anggraini\*<sup>2</sup>, Roland Helmizar<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Baiturrahmah

\*Correspondence Author: [debieanggraini@fk.unbrah.ac.id](mailto:debieanggraini@fk.unbrah.ac.id)

#### **Abstract**

Anemia is a condition in which hemoglobin (Hb) or red blood cell levels are lower than normal, generally due to iron deficiency. Hb plays an important role in delivering oxygen and nutrients to the body. The prevalence of anaemia in women aged  $\geq 15$  years is high globally, with Southeast Asia as the most common region. In Indonesia, anemia in adolescent girls is increasing, impacting growth, development, learning, and achievement. This study examines the relationship between knowledge and attitudes with anemia in MAN 1 Padang. The selection of MAN 1 Kuranji Padang was based on the high prevalence of anemia in the area, although there had been no similar research before. This study seeks the relationship between knowledge and attitudes towards anemia status in adolescent girls in MAN 1 Padang in 2024. The study used a cross-sectional design with primary and secondary data through purposive sampling techniques. The results showed that out of 87 respondents, 51 people (58.6%) had anemia, with the majority aged 16 years (79 people, 90.8%). The level of knowledge and attitude towards anemia was mostly in the poor category, as many as 54 people (62.1%) and 52 people (59.8%), respectively. Data analysis showed that there was a significant relationship between knowledge and attitude and anemia status ( $P$ -value  $0.00 < 0.05$ ). Most adolescent girls in MAN 1 Padang have a low level of knowledge and attitude towards anemia, which is related to the high prevalence of anemia in this group.

**Keywords:** Anemia, Adolescent Women, Iron Deficiency, Knowledge, Attitude

#### **Abstrak**

Anemia adalah kondisi kadar hemoglobin (Hb) atau sel darah merah lebih rendah dari normal, umumnya akibat defisiensi zat besi. Hb berperan penting mengantarkan oksigen dan nutrisi ke tubuh. Prevalensi anemia pada perempuan usia  $\geq 15$  tahun tinggi secara global, dengan Asia Tenggara sebagai wilayah terbanyak. Di Indonesia, anemia pada remaja putri meningkat, berdampak pada tumbuh kembang, belajar, dan prestasi. Penelitian ini mengkaji hubungan pengetahuan dan sikap dengan anemia di MAN 1 Padang. Pemilihan MAN 1 Kuranji Padang didasarkan pada tingginya prevalensi anemia di daerah tersebut, meski belum ada penelitian serupa sebelumnya. Penelitian ini mencari hubungan pengetahuan dan sikap terhadap status anemia pada remaja perempuan di MAN 1 Padang tahun 2024. Penelitian menggunakan desain cross-sectional dengan data primer dan sekunder melalui teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 87 responden, 51 orang (58,6%) mengalami anemia, dengan mayoritas berusia 16 tahun (79 orang, 90,8%). Tingkat pengetahuan dan sikap terhadap anemia sebagian besar berada pada kategori kurang, masing-

masing sebanyak 54 orang (62,1%) dan 52 orang (59,8%). Analisis data menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap dengan status anemia (P-value  $0,00 < 0,05$ ). Sebagian besar remaja perempuan di MAN 1 Padang memiliki tingkat pengetahuan dan sikap rendah terhadap anemia, yang berkaitan dengan tingginya prevalensi anemia pada kelompok ini.

**Kata Kunci:** Anemia, Remaja Putri, Defisiensi Zat Besi, Pengetahuan, Sikap

## **PENDAHULUAN**

Anemia suatu kondisi jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal sesuai usia dan jenis kelamin, dengan penyebab utamanya adalah defisiensi zat besi. Orang yang sehat memiliki sel darah merah yang mengandung Hb, yang berperan penting dalam mengantarkan oksigen ( $O_2$ ) serta zat gizi seperti vitamin dan mineral ke otak dan jaringan tubuh.<sup>1</sup> Kadar Hb yang normal berbeda antara laki-laki dan perempuan. Pada laki-laki, kadar Hb yang menunjukkan anemia biasanya  $<13,5$  g/dL, sementara untuk perempuan, kadar Hb  $<12$  g/dL merupakan indikasi adanya anemia.<sup>2</sup>

World Health Organization (WHO) menyatakan prevalensi kejadian anemia pada perempuan usia 15 tahun ke atas secara global mencapai 28%. Asia Tenggara menempati peringkat tertinggi dalam kasus anemia di dunia yaitu mencapai 42%.<sup>3</sup> Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja putri di Indonesia mencapai 18,4% pada tahun 2013 dan meningkat menjadi 32% pada tahun 2018, proporsi tertinggi anemia defisiensi besi ditemukan pada kelompok usia 15-24 tahun dan 25-34 tahun.<sup>4</sup> Laporan Dinas Kesehatan Padang tahun 2022 menunjukkan bahwa Kuranji melaporkan 258 kasus, Lubuk Begalung 271 kasus, dan Padang Timur 208 kasus anemia, sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi dan menjadi masalah kesehatan utama di wilayah tersebut.<sup>5</sup>

Anemia pada remaja disebabkan oleh kekurangan zat besi dapat mengganggu pertumbuhan, perkembangan, perilaku, dan kemampuan motorik mereka. Hal ini dapat menghambat kemampuan belajar dan menurunkan prestasi di sekolah, sehingga pada gilirannya dapat memengaruhi perkembangan kualitas sumber daya manusia.<sup>6</sup> Pengetahuan dan sikap merupakan faktor utama penyebab anemia pada remaja putri, faktor lainnya seperti absorpsi nutrisi yang tidak memadai, menstruasi abnormal, infeksi kronis, dan perdarahan tiba-tiba seperti akibat kecelakaan juga dapat menjadi penyebab terjadinya anemia. Analisis faktor penyebab mencakup latar belakang pendidikan kedua orang tua, pemahaman remaja perempuan mengenai anemia, situasi ekonomi keluarga, penggunaan tablet zat besi dan vitamin C, serta durasi menstruasi remaja perempuan.<sup>7</sup>

Anemia pada remaja dapat dikurangi dengan beberapa cara, seperti mengonsumsi berbagai jenis makanan hewani dan nabati mengandung banyak zat besi, dan melakukan pemeriksaan rutin kadar Hb. Pemeriksaan ini bertujuan untuk mendeteksi adanya penyakit sejak dini, sehingga dapat mencegah perkembangan penyakit dan komplikasi. Deteksi dini penyakit memungkinkan penanganan yang cepat dan tepat, sehingga setelah teridentifikasi, anemia pada remaja perempuan

dapat segera didiagnosis dan ditangani dengan efektif, terutama dalam mengatasi dampaknya terhadap kesehatan reproduksi. 8

Tahun 2018, penelitian Sri Rezkiani dkk. menemukan hubungan yang baik antara pengetahuan dan sikap dalam upaya pencegahan anemia pada remaja perempuan di Pondok Pesantren Jenu, Tuban. Eka Darmayanti dkk. tahun 2023 melaporkan penelitian menemukan hubungan antara pengetahuan dan sikap dalam pencegahan anemia remaja perempuan di SMA Negeri 1 Laguboti tahun 2022 serta kejadian anemia defisiensi zat besi pada mereka.<sup>9</sup> Tirthawati pada tahun 2020, melaporkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan terhadap kejadian anemia dengan prevalensi 64,3% pelajar perempuan menderita anemia, sementara 35,7% siswi tidak menderita anemia ( $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ ).<sup>10</sup>

Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Kuranji adalah salah satu sekolah di Kecamatan Kuranji, Kota Padang, Sumatera Barat. Menurut Dinas Kesehatan Padang tahun 2022, Kecamatan Kuranji termasuk dalam tiga kecamatan dengan angka kejadian anemia tertinggi di Kota Padang. Pemilihan sekolah ini didasarkan pada alasan bahwa belum ada penelitian yang dilakukan di tempat ini, serta MAN 1 Kuranji merupakan salah satu kecamatan dengan prevalensi anemia tertinggi.

## **METODE**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan rancangan cross-sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 87 orang, yang dihitung menggunakan rumus analitik kategorik tidak berpasangan. Data yang digunakan terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari responden melalui kuesioner yang diberikan kepada remaja perempuan di MAN 1 Padang, sedangkan data sekunder didapatkan dari catatan dan laporan absensi siswi MAN 1 Padang. Populasi penelitian adalah remaja perempuan di MAN 1 Padang yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu berusia lebih dari 15 tahun, masih terdaftar aktif di MAN 1 Padang, dan bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini mencakup remaja perempuan yang sedang menstruasi dan remaja perempuan yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap.

Penelitian dilakukan pada bulan September hingga November 2024 di MAN 1 Padang. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan dan sikap terhadap status anemia pada remaja perempuan, sedangkan variabel terikatnya adalah kadar hemoglobin (Hb) pada remaja perempuan

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada remaja perempuan di MAN 1 Padang. Penelitian ini melibatkan 90 sampel, dengan 87 sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penilaian dilakukan dengan mengukur kadar hemoglobin dan mengisi kuesioner mengenai pengetahuan dan sikap terhadap kejadian anemia. Berdasarkan analisis data, hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Anemia Pada Remaja Perempuan**

NO	Status	F	Persentase(%)
	Anemia		)
1.	Anemia	51	58.6 %
2.	Tidak Anemia	36	41.4%
	<b>Jumlah</b>	<b>87</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada remaja perempuan di MAN 1 Padang tahun 2024, hampir setengah dari mereka mengalami anemia, dengan 51 responden (58,6%) menunjukkan gejala tersebut. Sebanyak 36 responden lainnya (41,4%) tidak mengalami anemia. Penyebab utama anemia pada responden, berdasarkan hasil pengisian kuesioner, adalah kekurangan zat besi. Faktor langsung yang mempengaruhi kejadian ini adalah rendahnya asupan makanan yang mengandung zat besi, yang menyebabkan cadangan zat besi tubuh tidak tercukupi, sehingga mengganggu pembentukan hemoglobin. Pada masa remaja, tubuh membutuhkan asupan zat besi yang cukup untuk menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dikeluarkan Kementerian Kesehatan melalui Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 28 Tahun 2019, kebutuhan zat besi harian bagi perempuan usia 16-18 tahun adalah 15 mg. Hasil ini menunjukkan adanya variasi status kesehatan di kalangan remaja perempuan, yang menekankan pentingnya upaya pencegahan anemia dan peningkatan kesehatan secara keseluruhan.<sup>33</sup> Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fhany, dkk tahun 2020, di mana prevalensi anemia pada remaja putri di SMAN 2 Sawahlunto ditemukan sebesar 70,7%. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb pada remaja putri yang menjadi responden adalah 11,32 g/dL.<sup>34</sup> Telaah sistematis oleh Kaitlyn dkk. dalam jurnal tersebut menyebutkan bahwa anemia defisiensi besi banyak terjadi pada remaja perempuan.<sup>35</sup> Masa pertumbuhan bagi remaja perempuan pada periode ini sangatlah penting. Remaja perempuan membutuhkan asupan gizi yang lebih tinggi, terutama zat besi, untuk mendukung pertumbuhan fisik dan proses menstruasi. Kekurangan asupan nutrisi, terutama zat besi, membuat mereka rentan terkena anemia. Anemia dapat mengakibatkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan emosional, dan perilaku, yang pada akhirnya berdampak negatif pada perkembangan kognitif dan produktivitas. Jika tidak ditangani, anemia bisa berlanjut hingga usia dewasa, berkontribusi pada meningkatnya risiko kematian ibu dan bayi. Penting untuk memastikan asupan gizi yang cukup dan melakukan skrining kesehatan secara berkala guna mencegah dampak jangka panjang anemia pada remaja putri.<sup>36</sup>

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Usia Remaja Perempuan**

NO	Usia	F	Persentase(%)
1.	16 Tahun	79	90.8 %
2.	17 Tahun	7	8.0 %
3.	18 Tahun	1	1.1 %
	<b>Jumlah</b>	<b>87</b>	<b>100 %</b>

Penelitian ini mengelompokkan usia remaja menjadi empat kategori, yaitu 15, 16, 17, dan 18 tahun. Masa remaja dianggap sebagai masa transisi atau peralihan, pada masa ini terjadi pertumbuhan, perkembangan, serta perubahan biologis dan psikologis. Perempuan biasanya mengalami menstruasi pertama pada usia 12-16 tahun, siklus menstruasi normal berlangsung 22-35 hari dengan durasi 2-7 hari.<sup>21</sup> Remaja perempuan memiliki risiko sepuluh kali lebih besar menderita anemia dibandingkan laki-laki, risiko ini disebabkan oleh kehilangan darah saat menstruasi dan kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa pertumbuhan.<sup>21</sup> Sebanyak 87 remaja perempuan di MAN 1 Padang memeriksakan kadar hemoglobin (Hb). Sebagian besar berusia 16 tahun. Kemungkinan besar, usia ini dominan karena mayoritas siswa kelas XI berada dalam kelompok usia tersebut. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Syifa dan Nur pada tahun 2020, yang menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja usia 16 tahun mencapai 52.3%, sementara pada usia 17 tahun prevalensinya adalah 9.1% dan usia 18 tahun prevalensi anemia tercatat sebesar 18.2%, dan pada usia 19 tahun prevalensinya mencapai 20.5%.<sup>37</sup> Penelitian oleh Mehari, dkk tahun 2023 memperkuat temuan ini, menunjukkan bahwa anemia memiliki prevalensi yang sangat tinggi pada perempuan yang berada dalam kelompok usia 16 hingga 18 tahun.<sup>38</sup>

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Terhadap Anemia Pada Remaja Perempuan**

<b>NO</b>	<b>Pengetahuan</b>	<b>F</b>	<b>Persentase(%)</b>
1.	Baik	23	26.4 %
2.	Cukup	10	11.5 %
3.	Kurang	54	62.1 %
	<b>Jumlah</b>	<b>87</b>	<b>100 %</b>

Pengetahuan remaja perempuan tentang anemia dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga kategori yaitu baik, cukup, dan kurang. Hasil penelitian di MAN 1 Padang tahun 2024 menunjukkan bahwa mayoritas remaja perempuan memiliki pengetahuan yang kurang, dengan 54 responden (62,1%) berada dalam kategori ini. Sementara itu, 23 responden (26,4%) memiliki pengetahuan yang baik, dan 10 responden (11,5%) memiliki pengetahuan yang cukup. Pengetahuan yang kurang ini disebabkan oleh beberapa faktor, yang terungkap melalui hasil pengisian kuesioner oleh remaja perempuan di MAN 1 Padang, banyak remaja perempuan hanya mengetahui anemia sebagai kekurangan darah tanpa memahami kondisi tersebut lebih lanjut. Selain itu, sebagian besar remaja perempuan kurang memahami efek samping dan manfaat tablet tambah darah, remaja perempuan di MAN 1 Padang juga kurang mendapatkan informasi mengenai pentingnya gizi seimbang. Penelitian ini sejalan dengan Nining dan Afnisa tahun 2020, yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja perempuan mengenai anemia masih tergolong rendah. Pengetahuan remaja perempuan tentang anemia meliputi berbagai aspek seperti definisi anemia, tanda-tanda yang ditunjukkan oleh penderita, penyebab utama terjadinya anemia, dampak atau efek yang ditimbulkan oleh kondisi ini, serta cara-cara pencegahannya. Namun, yang paling mengkhawatirkan adalah masih kurangnya pemahaman yang mendalam pada aspek-aspek penting seperti penyebab, efek, dan

upaya pencegahan anemia.<sup>39</sup> Penelitian oleh Jenny dkk tahun 2022, berdasarkan wawancara yang dilakukan, sebagian besar remaja perempuan di wilayah Ciputat Tangerang selatan sudah pernah mendengar istilah anemia dari berbagai sumber. Hampir seluruh remaja perempuan hanya mengetahui bahwa anemia adalah kondisi kekurangan darah tanpa pemahaman yang lebih rinci. Jenny dkk. berasumsi bahwa sebagian besar remaja perempuan yang mengalami anemia disebabkan oleh ketidaktahuan atau kurangnya pemahaman mengenai anemia.<sup>40</sup> Tingkat pendidikan orang tua memiliki peran sangat penting dalam membentuk pengetahuan anak tentang kesehatan, termasuk anemia. Ketika orang tua memiliki tingkat pendidikan yang rendah, mereka cenderung kurang memahami informasi terkait kesehatan, yang pada akhirnya berdampak pada terbatasnya pengetahuan anak-anak mereka mengenai masalah kesehatan seperti anemia. Kurangnya pendidikan dapat menyebabkan anak-anak tidak menyadari pentingnya pencegahan dan penanganan anemia dengan baik.<sup>28</sup>

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Sikap Terhadap Anemia Pada Remaja Perempuan**

<b>NO</b>	<b>Sikap</b>	<b>F</b>	<b>Persentase(%)</b>
1.	Baik	26	29.9 %
2.	Cukup	9	10.3 %
3.	Kurang	52	59.8 %
<b>Jumlah</b>		<b>87</b>	<b>100 %</b>

Hasil penelitian sikap yang dilakukan di MAN 1 Padang pada remaja perempuan tentang kejadian anemia terbagi menjadi tiga kategori, yaitu baik, cukup, dan kurang. Dari 87 responden yang mengisi kuesioner, mayoritas remaja perempuan memiliki sikap yang kurang, yaitu sebanyak 52 responden (59,8%), sebanyak 9 responden (10,3%) memiliki sikap yang cukup, dan 26 responden (29,9%) memiliki sikap yang baik. Sikap yang kurang baik banyak ditemukan di kalangan responden, terutama terkait pola makan yang buruk, yang menjadi salah satu penyebab anemia. Sebagian responden, yang hidup sebagai anak kos, cenderung memilih makanan yang praktis meskipun mereka menyadari bahwa makanan tersebut memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang. Selain itu, lingkungan sekolah yang menyediakan jajanan kurang sehat, seperti es teh, turut memperburuk pola makan responden. Konsumsi teh dapat menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh, yang memperparah risiko anemia. Beberapa gejala anemia yang sering dialami remaja perempuan di MAN 1 Padang meliputi pusing, lesu, rasa mengantuk, cepat lelah, dan tidak berkonsentrasi. Penelitian ini didukung oleh Binlian, dkk tahun 2024, menunjukkan bahwa sikap remaja perempuan terhadap anemia masih tergolong rendah. Meskipun pengetahuan mereka tentang anemia cukup memadai, banyak yang menunjukkan sikap negatif terhadap pencegahan dan penanganan anemia. Faktor-faktor seperti stigma sosial, beban psikologis dalam mengelola penyakit jangka panjang, serta kesalahpahaman mengenai penyebab dan penanganan anemia turut berkontribusi pada rendahnya sikap tersebut. Hal ini menunjukkan pentingnya intervensi berbasis pendidikan untuk meningkatkan pemahaman dan sikap remaja perempuan terhadap anemia.<sup>41</sup> Penelitian Etik dan Siti tahun 2019 di RW 12, Genengan Mojosoongo, Jebres, Surakarta, menunjukkan mayoritas remaja putri memiliki sikap yang tergolong cukup

terhadap anemia, dengan 42 responden (72,4%) berada dalam kategori tersebut. Sebanyak 16 responden (27,6%) menunjukkan sikap yang baik, dan tidak ada responden yang menunjukkan sikap kurang terhadap anemia. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa kesadaran remaja putri di wilayah tersebut terhadap anemia umumnya cukup baik, meskipun masih ada ruang untuk peningkatan dalam hal pencegahan dan penanganan anemia secara lebih optimal.<sup>42</sup>

**Tabel 5. Hubungan Pengetahuan Terhadap Anemia Dengan Status Anemia Remaja Perempuan**

Status Anemia	Pengetahuan			p-value
	Baik	Cukup	Kurang	
Anemia	0 (0%)	2 (2.30%)	49 (56.32%)	0.000
Tidak Anemia	23 (26.44%)	8 (9.20%)	5 (5.75%)	
<b>Jumlah</b>	<b>23 (26.44%)</b>	<b>10 (11.49%)</b>	<b>54 (62.07%)</b>	

Hasil penelitian yang dilakukan pada remaja perempuan di MAN 1 Padang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan tentang anemia dan kejadian anemia. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner, diperoleh nilai p-value = 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan bahwa semakin rendah pengetahuan responden tentang anemia, semakin tinggi risiko mereka mengalami anemia. Pengetahuan tentang anemia terbukti memiliki pengaruh besar terhadap kejadian anemia. Responden dengan tingkat pengetahuan rendah memiliki risiko lebih tinggi terkena anemia. Faktor utama yang menyebabkan rendahnya pengetahuan ini adalah minimnya edukasi spesifik tentang anemia. Hingga saat ini, belum ada program edukasi yang secara rinci menjelaskan apa itu anemia, penyebabnya, dan cara pencegahannya. Puskesmas sebenarnya telah memberikan edukasi tentang anemia, namun pendekatan yang digunakan masih terlalu formal, sehingga sulit dipahami oleh para remaja. Selain itu, kurangnya perhatian remaja terhadap kesehatan, terutama terkait anemia, turut memperburuk kondisi ini. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih interaktif dan program edukasi yang lebih efektif untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang anemia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aras pada remaja putri di pondok pesantren Semarang tahun 2022, yang menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik tentang anemia dan gizi untuk pencegahan anemia memiliki hubungan signifikan dengan prevalensi anemia ( $p = 0,029$ ). Remaja dengan pengetahuan lebih baik tentang anemia cenderung memiliki risiko lebih rendah mengalami anemia dibandingkan dengan mereka yang memiliki pengetahuan kurang.<sup>43</sup> Penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Atika dan Farida tahun 2018 didaptkan Uji statistik, nilai  $p = 0,037$ , yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan faktor yang berperan dalam terjadinya anemia pada remaja putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin.<sup>44</sup> Pengetahuan

tentang anemia memiliki hubungan yang signifikan dengan status anemia, terutama di kalangan remaja putri. Pengetahuan yang baik tentang anemia, seperti penyebab, gejala, dan cara pencegahannya, dapat membantu individu mengambil tindakan yang tepat untuk mencegah terjadinya anemia. Sebaliknya, kurangnya pemahaman dapat menyebabkan perilaku yang kurang mendukung kesehatan, seperti tidak memperhatikan asupan makanan bergizi, mengabaikan pentingnya suplementasi zat besi, atau tidak menyadari tanda-tanda awal anemia seperti lemas, pusing, dan sulit berkonsentrasi. Penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat pengetahuan rendah cenderung memiliki prevalensi anemia yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang memiliki pengetahuan baik. Faktor ini juga diperkuat oleh kebiasaan makan yang buruk akibat minimnya informasi tentang kebutuhan nutrisi, terutama zat besi, yang sangat penting selama masa remaja. Sehingga peningkatan edukasi tentang anemia melalui penyuluhan kesehatan di sekolah, kampanye di media sosial, peran keluarga sangat penting untuk mengurangi angka kejadian anemia. Edukasi efektif dapat mendorong perubahan perilaku, sehingga remaja lebih sadar akan pentingnya menjaga pola makan sehat dan memanfaatkan program kesehatan, seperti konsumsi tablet tambah darah, yang disediakan oleh pemerintah. Demikian, pengetahuan yang memadai tentang anemia menjadi kunci utama dalam upaya pencegahan anemia dan peningkatan kualitas kesehatan masyarakat.<sup>45</sup>

**Tabel 6 Hubungan Sikap Terhadap Anemia Dengan Status Anemia Remaja Perempuan**

Status Anemia	Sikap			P-value
	Baik	Cukup	Kurang	
Anemia	0 (0%)	4 (4.60%)	47 (54.2%)	0.000
Tidak Anemia	26 (29.89%)	5 (5.75%)	5 (5.75%)	
<b>Jumlah</b>	<b>26 (29.89%)</b>	<b>9 (10.34%)</b>	<b>52 (59.77%)</b>	

Penelitian di MAN 1 Padang menunjukkan bahwa dari 87 responden, mayoritas memiliki sikap kurang terhadap anemia (59,77%), dengan 47 di antaranya mengalami anemia. Sebanyak 10,34% responden memiliki sikap cukup, dan sebagian besar dari kelompok ini tidak mengalami anemia. Sementara itu, responden yang memiliki sikap baik semuanya tidak mengalami anemia. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara sikap terhadap anemia dengan status anemia pada remaja perempuan. Hubungan ini dapat disebabkan oleh kurangnya kesadaran responden terhadap dampak anemia. Ada beberapa responden memiliki persepsi keliru, seperti anggapan bahwa mengonsumsi tablet tambah darah dapat meningkatkan berat badan. Namun, pemberian informasi yang tepat dapat membantu responden memahami pentingnya mencegah anemia, sehingga sikap mereka menjadi lebih baik. Sikap baik terhadap pencegahan anemia umumnya didasari oleh kesadaran bahwa anemia adalah masalah serius bagi remaja perempuan, terutama di MAN 1 Padang. Penelitian ini mendukung temuan dari penelitian Muhammad Sultan yang dilakukan pada remaja putri di SMAIT Ukhuwah Banjarmasin pada tahun 2022. Penelitian tersebut, uji statistik menggunakan metode chi-square menunjukkan p-value sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan

adanya hubungan signifikan antara sikap dan perilaku remaja putri dalam mencegah anemia. Hal ini menunjukkan bahwa sikap baik terhadap pencegahan anemia secara langsung berkaitan dengan perilaku yang lebih baik dalam menjalankan tindakan pencegahan. Dapat disimpulkan bahwa semakin baik sikap remaja dalam memahami pentingnya pencegahan anemia, semakin baik pula tindakan mereka dalam menjaga kesehatan untuk mencegah anemia.<sup>46</sup> Penelitian ini menunjukkan perbedaan hasil dengan penelitian yang dilakukan oleh Ainur dkk. pada tahun 2024. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan maupun sikap terhadap kejadian anemia (nilai  $p > 0,05$ ). Perbedaan hasil ini kemungkinan disebabkan oleh ukuran sampel dalam penelitian saya mungkin lebih besar, sehingga memberikan hasil yang lebih akurat.<sup>47</sup> Sikap remaja putri dalam mencegah anemia dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengalaman pribadi maupun orang lain, lingkungan sekitar, media massa, budaya, institusi pendidikan atau agama, serta aspek emosional. Jika remaja memiliki sikap yang baik dalam pencegahan anemia, hasilnya akan lebih optimal bila didukung oleh fasilitas kesehatan, informasi yang memadai, serta dukungan sosial yang kuat. Sikap saja tidak cukup untuk meningkatkan kadar hemoglobin, karena tanpa lingkungan yang mendukung, anemia masih mungkin terjadi meskipun sikap sudah baik.<sup>48</sup>

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan dan sikap terhadap status anemia pada remaja perempuan di MAN 1 Padang, maka dapat disimpulkan bahwa: Sebagian besar remaja perempuan di MAN 1 Padang tahun 2024 mengalami anemia dengan kadar hemoglobin di bawah 12 g/dL. Mayoritas remaja perempuan di MAN 1 Padang berusia 16 tahun, dengan sedikit yang berusia 17 dan 18 tahun. Pengetahuan tentang anemia di kalangan remaja perempuan di MAN 1 Padang sebagian besar masih rendah, meski ada yang memiliki pengetahuan cukup dan baik. Sikap terhadap anemia sebagian besar masih kurang, meskipun ada yang memiliki sikap cukup dan baik dalam pencegahan anemia. Pengetahuan yang baik tentang anemia berkaitan erat dengan status anemia yang lebih baik, dengan remaja yang memiliki pengetahuan lebih cenderung tidak mengalami anemia. Sikap baik terhadap anemia juga berhubungan signifikan dengan status anemia, di mana remaja dengan sikap yang baik lebih mampu mencegah anemia.

### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Muhayati A, Ratnawati D, Ilmu Kesehatan F, Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Jalan Limo Raya Kelurahan Limo Kecamatan Limo Kota U. Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. 2019.
2. Yuniarti O, Kemenkes Banjarmasin P. Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. Vol. 2. 2021.
3. World Health Organization (WHO). Tackling The Enormous Global Burden Of Anaemia. Vol. 10, The Lancet Haematology. Elsevier Ltd; 2023. P. E695.
4. Riskesdas. Profil-Kesehatan-Indonesia. 2018.

5. Munir R, Sari A, Hidayat DF. Pendidikan Kesehatan : Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. *Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*. 2022 Jun 9;1(02):83–93.
6. Kurniati I. Anemia Defisiensi Zat Besi (Fe). Vol. 4, Jk Unila |. 2020.
7. Zainiyah H, Mkeb MP, Khoirul YA, Studi D-IVKebidanan P, Studi DIII Analisis Kesehatan Stikes Ngudia Husada Madura P. Pemeriksaan Kadar Hb dan Penyuluhan Tentang Anemia Serta Antisipasinya Pada Siswa SMA Al Hidayah. *Jurnal Paradigma* . 2019;1:16–25.
8. Artikel S, Randayani LD, Angraeni L. Deteksi Dini Anemia Melalui Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Puteri Jpm Parahita : Jurnal Pengabdian Masyarakat Parahita Deteksi Dini Anemia Melalui Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Puteri Early Detection Of Anemia Through Hemoglobin Examination In Adolescent. 2022.
9. Darmayanti E, Siregar P, Senior S, Selli M, Stikes MP, Medan S. Pengetahuan yang Baik dan Sikap Positif Berperan Dalam Mencegah Anemia Pada Remaja Putri. Vol. 15, *Health Information : Jurnal Penelitian*. 2023.
10. Tirthawati S, Rosidi A, Sulistyowati E, Ayuningtyas RA, Kesga S, Gizi D, Et Al. Pengetahuan, Sikap Remaja Putri dan Dukungan Petugas Kesehatan Terhadap Konsumsi Tablet Besi Folat SMKN 1 Bangsri Jepara: Sebuah Studi Cross Sectional [Internet]. Vol. 9, *Jurnal Gizi Unimus*. 2020. Available From: <http://Jurnal.Unimus.ac.id>.
11. Agus Cahyono E, Studi Ilmu Keperawatan P, Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang S, Korespondensi A, Veteran Mancar J, Peterongan K, Et Al. Pengetahuan ; Artikel Review. Vol. 12, *Jurnal Keperawatan*. 2019.
12. Rizky N. Pengetahuan dan Ilmu. 2018.
13. Agus CE, Studi Ilmu Keperawatan P, Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang S, Korespondensi A, Veteran Mancar J, Peterongan K, Et Al. Pengetahuan ; Artikel Review. Vol. 12, *Jurnal Keperawatan*. 2019.
14. Kusumasari RN. Lingkungan Sosial Dalam Perkembangan Psikologis Anak. *Jurnal Ilmu Komunikasi (J-IKA)*. 2015; II (1).
15. Muhayati A, Ratnawati D, Ilmu Kesehatan F, Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Jalan Limo Raya Kelurahan Limo Kecamatan Limo Kota U. Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. 2019.
16. Simatupang NA, Kalsum U, Fitri A, Agustia D. Risk Factors For The Incidence Of Anemia In Young Women. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. 2023 Sep 15;11(3):305–13.
17. Mentari D, Nugraha G. Mengenal Anemia Patofisiologi, Klasifikasi, Diagnosis. 2023.
18. Andika O, Puspitasari A; Buku Ajar Mata Kuliah Hematologi Diterbitkan oleh Umsida Press. 2019.
19. Elisa S, Zakiah Oktarlina R. Literature Review : Faktor Penyebab Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. 2023; Available From: <https://doi.org/10.36053/Mesencephal>.

20. Pratiwi EE, Sofiana L, Kesehatan F, Universitas M, Dahlan Yogyakarta A. Kecacingan Sebagai Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Anak [Internet]. Vol. 14, Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia. 2019. Available From: <https://Jurnal.Unimus.ac.id/Index.php/Jkmi>.
21. Villasari A. Fisiologi Menstruasi Asasih Villasari Strada Press. 2021.
22. Aulya Y, Siauta JA, Nizmadilla Y. Analisis Anemia Pada Remaja Putri [Internet]. 2022. Available From: [Http://Jurnal.Global health science group.Com/Index.Php/Jppp](http://Jurnal.Global%20health%20science%20group.Com/Index.Php/Jppp).
23. Budiarti A, Anik S, Putu N, Wirani G, Tinggi S, Kesehatan I, Et Al. Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja di Surabaya 1. 2020.
24. Arya NP. Anemia Defisiensi Besi: Diagnosis dan Tatalaksana. Ganesha Medicina Journal. 2022.
25. Ningrum N, Setiadi D, Sari M. Diagnosis dan Tatalaksana Anemia Defisiensi Besi Pada Anak Usia 0 – 18. Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah Lembaga Penelitian Universitas Trisakti. 2022 Dec 31;8(1):99–111.
26. Tourrohman MA. Teknik Menghitung Kadar Hemoglobin Menggunakan Metode Sahli [Internet]. 2020. Available From: <https://Www.Researchgate.Net/Publication/340436006>.
27. Lailla M, Fitri A. Perbandingan Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Secara Digital Terhadap Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Secara Cyanmethemoglobin. Vol. 3, Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan. 2021.
28. Indriasari R, Mansur MA, Srifitayani NR, Tasya A. Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Terkait Pencegahan Anemia Pada Remaja Sosial-Ekonomi Menengah ke Bawah di Makassar. 2022.
29. Kristianti YD, Metere S. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dan Sikap Remaja Terhadap Konsumsi Suplemen Zat Besi di SMAN Wilayah Jakarta Timur. Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan. 2021.
30. Meidina SA, Zen RM, Kartini A, Peminatan Gizi FKM Undip M, Bagian Gizi D. Pengaruh Penyuluhan dan Media Poster Tentang Anemia Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pada Santriwati (Studi di Pondok Pesantren Al-Bisyri Kota Semarang) [Internet]. Vol. 7. 2019. Available From: [Http://Ejournal3.Undip.ac.id/Index.Php/Jkm](http://Ejournal3.Undip.ac.id/Index.Php/Jkm).
31. Tambunan H. Perbandingan Hasil Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Dengan Metode Sahli Dan Metode Digital. 2023; Available From: [Http://Forikes-Ejournal.Com/Index.Php/Sf](http://Forikes-Ejournal.Com/Index.Php/Sf).
32. Zaini M. Pengetahuan dan Manusia (Hakikat Dan Tujuan). 2018.
33. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. 2019.
34. El SF, Wahid I, Semiarti R. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMAN 2 Sawahlunto Tahun 2014. Jurnal Kesehatan Andalas. 2020 Jul 20;6(1):202.
35. Samson KL, Fischer JA, Roche ML. Iron Status, Anemia, And Iron Interventions And Their Associations With Cognitive And Academic

- Performance In Adolescents: A Systematic Review. *Nutrients*. 2022 Jan 5;14(1):224.
36. Lodia TK, Martina PK, Asriati A, Adimuntja NP, Nurdin MA. Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri, Mahasiswa FKM Universitas Cendrawasih. *Panrita Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2023 Jun 5;2(1):19.
37. Fauziyah SH, Rahayu NS. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Anemia Pada Remaja Putri di Kampung Cariu Tangerang The Factors Associated With Anemia Status Of Adolescent Girls At Kampung Cariu Tangerang. 2020;6(1):21–32. Available From: <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/argipa>.
38. Merid MW, Chilot D, Alem AZ, Aragaw FM, Asratie MH, Belay DG, Et Al. An Unacceptably High Burden Of Anaemia And It's Predictors Among Young Women (15–24 Years) In Low And Middle Income Countries; Set Back To Sdg Progress. *Bmc Public Health*. 2023 Jul 5;23(1):1292.
39. Sulistyawati N, Nurjanah AS, Tinggi S, Kesehatan I, Yogyakarta M. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Studi Kasus Pada Siswa Putri SMAN 1 Piyungan Bantul The Adolescent Knowledge Of The Anemia Case Study On Students Students SMAN 1 Piyungan Bantul. 2020 Feb.
40. Aulya Y, Siauta JA, Nizmadilla Y. Analisis Anemia Pada Remaja Putri [Internet]. 2022 Nov. Available From: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/jppp>.
41. Yao B, Xu M, Cheng F, Peng M, Mao X. Knowledge, Attitudes, And Practices Among Patients With Anemia Towards Disease Management. *Front Public Health*. 2024;12.
42. Sulistyorini E, Maesaroh S. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Zat Besi di RW 12 Genengan Mojosongo Jebres Surakarta. Vol. 10, *Jurnal Kebidanan Indonesia*. 2019.
43. Utami A, Margawati A, Pramono D, Wulandari DR. Prevalence Of Anemia And Correlation With Knowledge, Nutritional Status, Dietary Habits Among Adolescent Girls At Islamic Boarding School. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal Of Nutrition)*. 2022 Jun 1;10(2):114–21.
44. Ahdiah A, Heriyani FF. Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin. 2018.
45. Kusuma NI, Kartini F. Changes In Knowledge And Attitudes In Preventing Anemia In Female Adolescents: A Comparative Study. *Women, Midwives And Midwifery*. 2021 Jun 30;1(2):46–54.
46. Sultan IM, Syahdatina NM, Sterina SN. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Puteri di SMAIT Ukhuwah Banjarmasin. 2022.
47. Niza AW, Buanasita A, Mujayanto, Nugroho RF, Hafid F, Ishak Sizs. The Relationship Between Knowledge And Attitude About Anemia With Compliance To Consume Iron Supplement Tablets In Female Adolescents Of Grade X At State Senior High School 13 Surabaya. *Journal Of Nutrition Explorations*. 2024 Jun 24;2(3):405–14.



48. Mulianingsih M, Nurmayani W, Oktaviani E, Nugraha Pertiwi Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Kesehatan Yarsi Mataram A. Factors Affecting Anemia Status In Adolescent Girls. J Health Educ [Internet]. 2021;6(1):27–33. Available From: [Http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Jhealthedu](http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Jhealthedu)