

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN SIKAP TENTANG ANEMIA DEFISIENSI ZAT BESI DAN DAMPAKNYA TERHADAP KESEHATAN REPRODUKSI PADAREMAJA PUTRI

Lensi Natalia Tambunan*¹, Wenna Araya ¹, Neneng Safitri¹

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Eka Harap Palangka Raya

Korespondensi Penulis: Telp: 081349557918 Email: len.enci@gmail.com

ISSN: 2086-3454

ABSTRAK

Latar belakang : Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sikap merupakan emosi atau efek yang diarahkan oleh seseorang kepada orang lain, benda, atau peristiwa sebagai objek sasaran sikap. Masa remaja adalah peralihan dari masa puber, selama periode ini mengalami perubahan baik secara fisik, psikologis, dan sosial. Anemia merupakan keadaan masa hemoglobin yang beredar tidak memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Fenomena yang sering terjadi pada remaja adalah kurangnya pengetahuan tentang cara pencegahan pada anemia defisiensi zat besi, terutama pada remaja putri yang mulai mengalami *menstruasi*.

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap tentang anemia defisiensi zat besi dan dampaknya terhadap kesehatan reproduksi pada remaja putri (tingkat II di Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya).

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan penelitian korelasi. Populasi pada penelitian ini remaja putri yang berjumlah 44 orang . Sampel berjumlah 40 orang yang diambil dengan teknik *Probability Sampling (Simple Random Sampling)*. Analisa data menggunakan uji statistic *Spearman Rhank*.

Hasil Penelitian : nilai *p value* $0,001 < 0,05$.

Kesimpulan : Maka H1 diterima yang artinya ada hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap tentang anemia defisiensi zat besi pada remaja putri dengan nilai *p value* $0,001 < 0,05$. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi mahasiswa agar memberikan penjelasan tentang anemia defisiensi besi dan meningkatkan kegiatan penyuluhan kesehatan mahasiswa khususnya remaja putri lebih memperhatikan masalah kesehatannya terutama anemia defisiensi besi dan dampaknya

Kata kunci: Pengetahuan, remaja putri, anemia defisiensi zat besi.

PENDAHULUAN

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia bersamaan dengan *menstruasi* akan mengeluarkan zat besi yang di perlukan untuk pembentukan hemoglobin. Masa remaja adalah peralihan dari masa puber menuju masa dewasa. Selama periode ini anak remaja banyak mengalami perubahan baik secara fisik, psikologis, ataupun sosial. Menurut Handayani dan Haribowo (2008:37) Anemia merupakan keadaan di mana masa eritrosit atau masa hemoglobin dan beredar tidak memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Menurut Fatmah dalam Depertemen Gizi dan Masyarakat (2013: 214) anemia defisiensi zat besi yang timbul akibat berkurangnya penyediaan zat besi untuk eritropoesis, karena cadangan zat besi kosong yang pada akhirnya mengakibatkan pembentukan hemoglobin berkurang. Rata-rata seorang wanita mengeluarkan darah 27 ml setiap siklus *menstruasi* 28 hari. Diduga 10% wanita kehilangan darah lebih dari 80 ml darah yang

setara dengan 1 mg zat besi per hari. Banyaknya darah yang di keluarkan berperan pada kejadian anemia karena wanita tidak mempunyai persediaan zat besi yang cukup pada absorpsi zat besi ke dalam tubuh tidak dapat mengganti hilangnya zat besi saat *menstruasi*. Masalah yang terjadi pada remaja adalah kurangnya pengetahuan tentang cara pencegahan pada anemia defisiensi zat besi, terutama pada remaja putri yang mulai mengalami *menstruasi*.

Data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2014 mengatakan bahwa disejumlah negara berkembang sekitar 60% yang mengalami anemia sering terjadi pada anak perempuan dan wanita usia reproduksi, selain itu 46% negara memiliki pendekatan khusus dalam mengatasi anemia pada kalangan remaja perempuan. Berdasarkan hasil survei peneliti pada tanggal 19 Maret 2016 masih dijumpai 7 dari 10 orang remaja putri tingkat II di program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya tidak mengkonsumsi suplemen zat besi selama *menstruasi*, karena Di Tingkat II

Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka
Harap sudah mendapatkan pelajaran tentang sistem imun dan tentang anemia namun pengetahuan tentang anemia dan cara pencegahannya itu sendiri sangat kurang disebabkan kurang terpaparnya informasi tentang pencegahan anemia pada saat remaja putri yang mengalami *menstruasi*.

Menurut Gibney, dkk (2009:276) faktor penyebab anemia adalah kurangnya asupan gizi besi, kurangnya kadar zat besi dalam makanan, meningkatnya kebutuhan zat besi, kehilangan darah yang kronis, penyakit malaria, cacing tambang, infeksi-infeksi lain, dan sering mengonsumsi kopi, teh, Makanan atau minuman tertentu dapat mengganggu penyerapan zat besi di dalam tubuh, karena mengandung Asam fitat dan asam oksalat yang terkandung dalam sayuran akan mengikat zat besi, sehingga mengurangi penyerapan zat besi. Karena hal inilah, bayam meski tinggi kandungan zat besinya bukan merupakan sumber zat besi yang baik. Oleh karena itu, jika hendak mengonsumsi bayam dan sayuran lain, sebaiknya disertai dengan mengonsumsi

buah-buahan yang tinggi kandungan vitamin C nya, seperti jambu biji, jeruk dan nanas. Namun lebih dianjurkan untuk meminumnya dalam bentuk jus. Sebab jika dalam bentuk buah segar, yang kandungan seratnya masih tinggi. Menurut Poltekes Depkes Jakarta I (2010:27) anemia defisiensi zat besi yang tidak diatasi akan mempunyai dampak menurunnya produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis di sekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi. Selain itu, daya tahan tubuh akan menurun sehingga mudah terserang penyakit.

Menurut Adriani dan Wirjatmadi (2012:214) adapun cara yang dapat dilakukan untuk mencegah anemia adalah kita sebaiknya mengonsumsi makanan bergizi seimbang dengan asupan zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Zat besi dapat di peroleh dari daging, telur, ikan, dan ayam, serta hati. Pada sayuran, zat besi dapat di temukan pada sayurn berwarna hijau gelap seperti bayam, kangkung, buncis, kacang polong, serta kacang-kacangan lain. Perlu kita perhatikan bahwa zat besi yang terdapat pada

daging lebih mudah diserap daripada yang terdapat pada sayuran atau makanan olahan seperti sereal yang diperkuat dengan zat besi. Selain itu, harus berhati-hati dalam mengombinasikan makanan karena ternyata kombinasi tertentu juga dapat memengaruhi penyerapan zat besi oleh tubuh. Misalnya, minum teh atau kopi bersamaan dengan makanan akan mempersulit penyerapan zat besi, sedangkan vitamin C dapat membantu tubuh menyerap zat besi. Dengan cara konsumsi suplementasi zat besi dosis satu tablet seminggu sekali minimal selama 16 minggu, dan dianjurkan minum satu tablet setiap hari selama masa *menstruasi*. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Tentang Anemia Defisiensi Zat Besi dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri (Tingkat II Di Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya).”

METODE PENELITIAN

Menurut Notoadmodjo (2012:86) metode penelitian sebagai suatu cara untuk memperoleh kebenaran ilmu pengetahuan atau pencegahan suatu masalah, yang pada dasarnya menggunakan ilmiah. Menurut Nursalam (2011:79) Desain penelitian ini merupakan hasil akhir dari suatu tahap keputusan yang dibuat oleh penelitian berhubungan dengan bagaimana suatu penelitian biasa diterapkan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasi yaitu peneliti mengkaji antara variabel. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Tentang Anemia Defisiensi Zat Besi dan dampaknya Terhadap Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri (Tingkat II Di Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya).

Pada penelitian ini, peneliti memberikan kuesioner tingkat pengetahuan dengan sikap tentang anemia defisiensi zat besi pada remaja putri tingkat II di program studi S1

keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya.

Menurut Arikunto (2010: 174) jika kita akan meneliti sebagian dari populasi, maka penelitian tersebut disebut penelitian sampel. Sampel merupakan sebagian dari populasi yang akan diteliti. Sampel merupakan bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel dari penelitian ini adalah remaja putri (tingkat II di Program Studi S1 Keperawatan di STIKes Eka Harap Palangka Raya) yang sesuai kriteria berjumlah 40 sampel

Penelitian ini diawali dengan survey pendahuluan, penyusunan proposal, pengumpulan data, pengolahan hasil dan penulisan laporan penelitian. Pengumpulan data survey pendahuluan pada tanggal 19 Maret 2016. Tempat penelitian dilaksanakan pada remaja putri di tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya. Waktu penelitian adalah jangka waktu yang dibutuhkan peneliti untuk memperoleh data penelitian yang dilaksanakan. Penelitian

ini dilakukan selama 1 hari yaitu pada tanggal 10 Juni 2016 pada pukul 12.30 WIB.

Pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan menggunakan alat ukur penelitian kuisisioner. Kuisisioner dalam penelitian ini dibuat dalam bentuk pertanyaan pengetahuan berjumlah 21 soal sikap berjumlah 24 soal

Uji validitas dilakukan menggunakan soal pertanyaan mengenai pengetahuan yang memiliki nilai diatas r tabel (0,31) dan sikap memiliki nilai diatas r tabel (0,31).

Analisis data dilakukan analisis univariat dan bivariate. Analisa univariat yang termasuk dalam penelitian ini adalah data demografi responden berupa usia, apakah pernah atau tidak mendapatkan informasi tentang anemia defisiensi zat besi. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat perbedaan masing-masing variabel dependen dan independen, perbedaan dianggap bermakna bila nilai p adalah $< level\ of\ significance$ ($< 5\% = 0,05$). Analisis data yang digunakan adalah uji *Spearman rank*.

Prinsip etika penelitian tetap dilakukan untuk melindungi subjek penelitian.

HASIL PENELITIAN

1. Variabel Tingkat Pengetahuan

Berikut adalah tabel yang menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia defisiensi zat besi

Tabel 4.1 Hasil Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia defisiensi zat besi Pada remaja putri tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya.

Tingkat pengetahuan	Frekuensi	Persen %
Baik	19	47 %
Cukup	20	50 %
Kurang	1	3 %
Total	40	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya pada saat melakukan penyusunan skripsi. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 40 responden sebanyak 20 responden (50%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, sebanyak 19 responden (47%) memiliki tingkat pengetahuan baik, dan sebanyak 1 responden (3%) yang memiliki tingkat pengetahuan kurang.

2. Variabel Sikap

Berikut adalah tabel yang menggambarkan sikap remaja putri tentang anemia defisiensi zat besi.

Tabel 4.2 Hasil sikap tentang anemia defisiensi zat besi Pada remaja putri tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya

Sikap	Frekuensi	Persen %
Baik	25	62 %
Cukup	15	28 %
Kurang	0	0 %
Total	40	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa sikap yang dimiliki oleh remaja putri tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya pada saat melakukan penyusunan skripsi. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 40 responden sebanyak 25 responden (62%) memiliki sikap yang baik, sebanyak 15 responden (38%) yang memiliki sikap yang cukup dan tidak ada responden yang memiliki sikap yang kurang.

3. Analisis Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Defisiensi Zat Besi.

Berikut adalah tabel yang menggambarkan hasil analisis tingkat pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang anemia defisiensi zat besi.

Tabel 4.3 *Cross tabulation* hasil analisis tingkat pengetahuan dengan sikap tentang anemia defisiensi zat besi dan dampaknya terhadap kesehatan reproduksi pada remaja putri di tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya.

		SIKAP			
		Baik		Cukup	
		N	%	N	%
PENGETAHUAN	Baik	7	17,5 %	12	30,0 %
	Cukup	17	42,5 %	3	7,5 %

Kurang	1	2,5 %	0	0,0 %
--------	---	-------	---	-------

Berdasarkan hasil data di atas hasil analisis diperoleh *Sig. (2-tailed)* 0,001 yang berarti lebih kecil dari *p value* 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa signifikan $<p\ value$ (0.001 < 0.05) maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya terdapat Hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap tentang anemia defisiensi zat besi dan dampaknya terhadap kesehatan reproduksi pada remaja putri di tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Defisiensi Zat Besi Dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan tentang anemia defisiensi zat besi dan dampaknya terhadap kesehatan reproduksi pada remaja putri di tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap, didapatkan tingkat pengetahuan tentang

anemia defisiensi zat besi pada remaja putri tergolong dalam kategori cukup sebanyak 20 responden dari 40 responden

Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan merupakan hasil dan tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Kemudian menurut Benjamin S. Bloom dalam Budiman dan Riyanto (2014: 7) ada enam tahapan pengetahuan yaitu: Tahu (*Know*) Berisikan kemampuan untuk mengenali dan mengingat peristilahan, definisi, fakta-fakta, gagasan, pola, urutan, metodologi, prinsip dasar, dan sebagainya;

Memahami (*comprehension*) diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar; Aplikasi (*aplication*) diartikan sebagai kemampuan

untuk menggunakan materi tersebut secara benar; Analisis (*analysis*) adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi; Sintesis (*synthesis*) merujuk pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru; dan Evaluasi (*evaluation*) ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan *justifikasi* atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Menurut Budiman dan Riyanto (2014: 5) faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, terdiri dari pendidikan, sosial budaya, dan ekonomi, status ekonomi, lingkungan, pengalaman pribadi, usia.

Menurut Kusin dalam Poltekes Depkes Jakarta I (2010:25) remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Di Indonesia, prevalensi anemia masih tinggi. Hal ini pernah di tunjukkan Depkes (2005) di mana penderita anemia pada remaja putri berjumlah 26,50%;

wanita usia subur (WUS) 26,9%; ibu hamil 40,1% dan anak balita 47,0%. Tidak jauh berbeda dengan pernyataan *World Health Organization* (WHO) tahun 2010 yang menyatakan bahwa 25-40% remaja putri menjadi penderita anemia defisiensi zat besi tingkat ringan sampai berat di Asia tenggara. Anemia adalah suatu keadaan di mana kadar hemoglobin dan eritrosit lebih rendah dari normal, fungsi hemoglobin dalam darah adalah meningkat oksigen di paru-paru dan melepaskannya diseluruh jaringan tubuh yang membutuhkan, kemudian meningkat CO₂ dari jaringan tubuh dan melepaskanya ke paru-paru. Kemudian menurut Wiwik dan Sulistyono (2008:37) anemia merupakan keadaan di mana masa eritrosit atau masa hemoglobin dan beredar tidak memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Secara laboratoris, anemia dijabarkan sebagai penurunan kadar hemoglobin serta hitung eritrosit dan hematokrit di bawah normal. Notoatmodjo (2011:231) mengatakan pertumbuhan anak remaja pada umur ini juga sangat pesat, kemudian juga kegiatan-kegiatan

jasmani termasuk olahraga juga pada kondisi puncaknya. Apabila konsumsi makanan tidak seimbang dengan kebutuhan kalori untuk pertumbuhan dan kegiatan-kegiatannya, maka akan terjadi defisiensi zat besi yang akhirnya dapat menghambat pertumbuhannya. Pada anak remaja putri mulai terjadi *menarche* (awal menstruasi), yang berarti mulai terjadi pembuangan zat besi. Oleh sebab itu, kalau konsumsi makanan yang tidak mengandung zat besi, maka akan terjadi kekurangan zat besi (anemia). Hasil senada dengan Moore dalam Poltekkes Depkes Jakarta I (2010:27) anemia pada remaja dapat berdampak menurunnya produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis di sekolah, karena tidak gairah belajar dan konsentrasi. Anemia juga dapat mengganggu pertumbuhan di mana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna. Selain itu, daya tahan tubuh akan menurun sehingga terserang penyakit, Anemia juga dapat menyebabkan menurunnya produksi energi dan akumulasi laktat dalam otot, akibat jangka panjang dari anemia pada remaja putri adalah apabila remaja putri nantinya hamil, maka ia

tidak akan mampu memenuhi kebutuhan zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya.

Penelitian terkait yang dilakukan oleh Melani (2015) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang anemia terbanyak pada kategori cukup yaitu 22 responden (66,67%) kemungkinan dipengaruhi oleh pengalaman dan sosial ekonomi responden.

Dari hasil pembahasan tingkat pengetahuan tentang anemia defisiensi zat besi terdapat kesesuaian antara teori dengan hasil penelitian pengetahuan menyatakan, usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Hasil penelitian tingkat pengetahuan berdasarkan usia yang didapatkan pada usia 20 tahun yang memiliki pengetahuan yang cukup sebanyak 8 responden (20%).

2. Sikap Tentang Anemia Defisiensi Zat Besi Dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Reproduksi Pada Remaja

Putri Tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harapan Palangka Raya.

Berdasarkan hasil penelitian sikap tentang anemia defisiensi zat besi dan dampaknya terhadap kesehatan reproduksi pada remaja putri di tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harapan, didapatkan sikap tentang anemia defisiensi zat besi pada remaja putri tergolong dalam kategori baik sebanyak 25 responden (62%) responden dari 40 responden.

Menurut Hanurawan (2012: 64) sikap adalah tendensi untuk bereaksi dalam cara suka atau tidak suka terhadap suatu objek. Sikap merupakan emosi atau efek yang diarahkan oleh seseorang kepada orang lain, benda, atau peristiwa sebagai objek sasaran sikap. Sikap melibatkan kecenderungan respon yang bersifat preferensial. Hal ini mencerminkan perasaan seseorang terhadap sesuatu. Misalnya ketika seseorang mengetahui bahwa merokok didalam rumah membahayakan kesehatan bagi anggota yang berada disekitarnya lalu orang tersebut tidak

merokok. Sikap orang tersebut merespon pada peristiwa. Hal ini senada dengan Azwar dalam Budiman (2013:15) faktor yang mempengaruhi sikap seseorang adalah pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh budaya, media massa, lembaga pendidikan dan lembaga agama, dan pengaruh faktor emosional.

Menurut Kusin dalam Poltekes Depkes Jakarta I (2010:25) remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Di Indonesia, prevalensi anemia masih tinggi. Hal ini pernah di tunjukan Depkes (2005) di mana penderita anemia pada remaja putri berjumlah 26,50%; wanita usia subur (WUS) 26,9%; ibu hamil 40,1% dan anak balita 47,0%. Tidak jauh berbeda dengan pernyataan *World Health Organization* (WHO) yang menyatakan bahwa 25-40% remaja putri menjadi penderita anemia defisiensi zat besi tingkat ringan sampai berat di Asia tenggara. Anemia adalah suatu keadaan di mana kadar hemoglobin dan eritrosit lebih rendah dari normal. Fungsi hemoglobin dalam darah adalah meningkat oksigen di paru-paru dan

melepaskannya diseluruh jaringan tubuh yang membutuhkan, kemudian meningkat CO₂ dari jaringan tubuh dan melepaskanya ke paru-paru, Menurut Wiwik dan Sulisty (2008:37) anemia merupakan keadaan di mana masa eritrosit atau masa hemoglobin dan beredar tidak memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Secara laboratoris, anemia dijabarkan sebagai penurunan kadar hemoglobin serta hitung eritrosit dan hematokrit di bawah normal, Menurut Notoatmodjo (2011:231) pertumbuhan anak remaja pada umur ini juga sangat pesat, kemudian juga kegiatan-kegiatan jasmani termasuk olahraga juga pada kondisi puncaknya. Oleh sebab itu, apa bila konsumsi makanan tidak seimbang dengan kebutuhan kalori untuk pertumbuhan dan kegiatan-kegiatannya, maka akan terjadi defisiensi zat besi yang akhirnya dapat menghambat pertumbuhannya. Pada anak remaja putri mulai terjadi *menarche* (awal menstruasi), yang berarti mulai terjadi pembuangan zat besi. Oleh sebab itu, kalau konsumsi makanan yang tidak mengandung zat besi, maka akan

terjadi kekurangan zat besi (anemia). Hal ini senada dengan Moore dalam Poltekkes Depkes Jakarta I (2010:27) anemia pada remaja dapat berdampak menurunnya produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis di sekolah, karena tidak gairah belajar dan konsentrasi. Anemia juga dapat mengganggu pertumbuhan di mana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna. Selain itu, daya tahan tubuh akan menurun sehingga terserang penyakit, Anemia juga dapat menyebabkan menurunnya produksi energi dan akumulasi laktat dalam otot, akibat jangka panjang dari anemia pada remaja putri adalah apabila remaja putri nantinya hamil, maka ia tidak akan mampu memenuhi kebutuhan zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya.

Penelitian terkait yang dilakukan oleh Titin (2015) sikap tentang anemia defisiensi zat besi responden sebanyak 113 orang (62,8%) memiliki sikap yang kurang baik, sedangkan untuk yang memiliki sikap baik sebanyak 67 orang (37,2%). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa proporsi responden yang mempunyai sikap kurang baik lebih besar

dibandingkan dengan yang mempunyai sikap baik. Hal ini disebabkan karena kurangnya kesadaran siswi SMA Negeri 1 Polokarto untuk melakukan pencegahan anemia.

Dari hasil pembahasan sikap tentang anemia defisiensi zat besi di atas tidak didapatkan kesenjangan antara fakta dan teori dimana hasil penelitian ini mendapatkan sikap yang baik dipengaruhi oleh usia dan sumber informasi dari media massa, responden yang berusia 19 tahun memiliki sikap yang baik sebanyak 10 responden (25%). Semakin bertambahnya usia mempengaruhi sikap yang baik dan pola pikir yang baik, namun tidak menjamin karena sikap juga dipengaruhi oleh banyak hal seperti sumber informasi dari media massa responden yang mendapatkan sumber informasi dari media massa. Kemudian sebanyak 13 responden (32,5%). Sumber informasi dari media masa sangat berpengaruh besar dengan sikap seseorang seiring jaman semakin berkembang, sehingga sumber informasi mudah didapatkan dan pengaruhnya besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang.

3. Analisis hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang anemia.

Hasil uji statistik menggunakan uji *Spearman rank*, tingkat pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang anemia defisiensi zat besi Ini ditunjukkan oleh adanya perbedaan yang bermakna dilihat dari hasil pada nilai $p\text{-value} = 0,001 (< 0,05)$ dan hasil dari analisis. Artinya adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap remaja putri tingkat II Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya.

Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan diperlukan sebagai dukungan dalam menumbuhkan rasa percaya diri maupun sikap dan perilaku setiap hari, sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan merupakan fakta yang mendukung tindakan seseorang. Dari pengertian di atas dapat dijelaskan bahwa pengetahuan sangat berpengaruh dengan pembentukan sikap untuk melakukan hal yang baik.

Sikap untuk melakukan pencegahan atau penanganan anemia defisiensi zat besi pada remaja putri sangat dipengaruhi oleh pengetahuan seseorang, sebab pengetahuan tersebut akan menjadi titik tolak perubahan sikap, yang pada akhirnya akan merubah perilaku dan meningkatkan sikap dalam mencegah atau penanganan anemia defisiensi zat besi. Dari pembahasan di atas dapat dijelaskan bahwa pengetahuan individu dalam suatu hal dapat mempengaruhi sikap seseorang sehingga mengarahkan dan menambah keinginan individu dalam usaha mencapai tujuan yang diinginkan. Maka semakin baik pengetahuan responden semakin baik pula sikap untuk melakukan pencegahan atau penanganan anemia defisiensi zat besi . Pada penelitian ini nampak adanya hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap tentang anemia defisiensi zat besi pada remaja putri tingkat II di Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya sesuai dengan hasil penelitian oleh Riza, Dkk (2012) tingkat pengetahuan dengan sikap tentang pencegahan anemia defisiensi besi pada

remaja putri adanya hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan nilai p value lebih kecil dari nilai alpha (α) ($0.0000 < 0.05$), sehingga H1 diterima dan H0 ditolak, artinya ada hubungan, karena dari hasil tahu seseorang maka akan terbentuk sikap yang baik.

Terdapat kesesuaian teori dan penelitian hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap tentang anemia defisiensi zat besi pada remaja putri yang dominan sebanyak 12 responden yang memiliki pengetahuan yang baik memiliki sikap yang cukup dan sebanyak 17 responden yang memiliki pengetahuan yang cukup memiliki sikap yang baik, sebelum seseorang mengadopsi (berperilaku baru), ia harus tahu terlebih dahulu tahu apa arti anemia defisiensi zat besi, tanda gejala, dampak, dan cara pencegahan anemia defisiensi zat besi, pengetahuan tersebut sangat berpengaruh dalam pembentukan sikap seseorang sehingga seseorang bersikap baik dalam mencegah anemia defisiensi zat besi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Program Studi S1 Keperawatan STIKes Eka

Harap Palangka Raya, yang telah memberikan ijin dan tempat untuk penelitian dan kepada tim yang telah membantu penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budiman, Agus Riyanto. 2013. *Kapita Selekta Kuesioner: Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian*. Jakarta: Selemba Medika.
- Budiman, Candra. 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Depertemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat. 2013. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Fattah Hanurawan. 2012. *Psikologi Sosial: Suatu Pengantar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Handayani Wiwik & Haribowo Andi Sulisty. 2008. *Buku Ajaran Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Hematologi*. Jakarta: Selemba Medika.
- Herri Zan Pieter, Namora Lumongga Lubis. 2010. *Pengantar Psikologi Dalam Keperawatan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Hidayat, A. A. 2007. *Pengantar Kebutuhan Dasar manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analissi Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ishan, Fuad H. A. 2010. *Filsafat Ilmu*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Michael J. Gibney, dkk. Alih bahasa, Andry hartono. 2008. *Gizi Kesehatan Masyarakat*: Jakarta: EGC.
- Mubarak, Wahit Iqbal. 2011. *Promosi Kesehatan untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Maulana, Heri D.J. 2009. *Promosi kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Merryana Adriani, Bambang Wirjatmadi. 2012. *peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Pranada Media Group
- Melani. 2013. *Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Pada Siswi Kelas XI Di SMA Muhammadiyah I Sragen*.
- Ngastiyah. 2012. *Perawatan Anak Sakit: Ed.2*. Jakarta: EGC.
- Nursalam dan Efendi, Ferry. 2008. *Pendidikan dalam keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam .2011. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Testis, Dan Instrumen Penelitian keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- _____.2014 *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* Jakarta: Salemba Medika.
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2011. *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni-Ed.rev*. Jakarta: Rineka Cipta
- _____. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Poltekes Depkes jakarta I. 2010. *Kesehatan Remaja: Problem dan Solusinya*. Jakarta: Selemba Medika.

Riza, Dkk. (2012). *Hubungan Pengetahuan Dengan sikap Tentang Pencegahan Anemia Defisiensi Besi Pada Remaja Putri.*

Susilo, Wihelmus Harry dkk. 2014. *Biostatistika Lanjut dan Aplikasi Riset.* Jakarta: Trans Info Media.

Titin. 2015. *Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kelas X Dan Xi Sma Negeri 1 Polokarto*

Uliyah, Musrifatul dan Hidayat, A. Azis. 2011. *Alimul. Ketrampilan dasar praktik klinik untuk kebidanan.* Jakarta: Salemba Medika.

Wibowo, Adik. 2014. *Metodologi Penelitian Praktis Bidang Kesehatan.* Jakarta: Rajawali pers.