

HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DAN SIKAP REMAJA TERHADAP KONSUMSI SUPLEMEN ZAT BESI DI SMAN WILAYAH JAKARTA TIMUR

Yasinta Dewi Kristianti¹, Sulaiman Metere²

¹Jurusan Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin

²Jurusan Tehnik Elektromedik, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin

Correspondence author : yasintakristianti@gmail.com

ABSTRAK

Hasil data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi kejadian anemia di Indonesia 48,9% dengan penderita anemia berumur 15-24 tahun sebesar 84,6%. Angka kejadian anemia defisiensi besi di Indonesia sebanyak 72,3%. Desain penelitian *cross sectional* untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dan perilaku konsumsi zat besi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMAN wilayah Jakarta Timur. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Analisis data dilakukan dengan uji statistik *chi-square*. Tingkat pengetahuan remaja tentang anemia 64,25% memiliki pengetahuan yang tinggi. Sikap remaja terhadap konsumsi suplemen zat besi sebanyak 55,21% memiliki sikap baik. Berdasarkan analisis *chi-square* antar pengetahuan tentang anemia dengan sikap terhadap suplemen zat besi diperoleh *p-value* 0,04, dengan demikian ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan sikap terhadap konsumsi suplemen zat besi. Mayoritas remaja putri di SMAN wilayah Jakarta Timur memiliki pengetahuan yang tinggi mengenai anemia, yaitu sebesar 64,25%. Sebanyak 55,21 % remaja putri di wilayah Jakarta Timur memiliki sikap yang baik terhadap konsumsi suplemen zat besi. Dari hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p=0,04$ yang berarti terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan konsumsi suplemen zat besi.

Kata Kunci: Anemia, Defisiensi zat besi, suplemen zat besi

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja terjadi dengan cepat, perubahan gaya hidup serta pola konsumsi makanan akan mempengaruhi kebutuhan asupan gizi remaja. Salah satu zat gizi yang kebutuhannya meningkat adalah zat besi. Zat besi dibutuhkan oleh tubuh untuk pembentukan hemoglobin (sel darah merah) dan fungsi enzim. Zat besi yang diberikan untuk pencegahan dan pengendalian anemia yang diberikan pada remaja putri sebanyak 1 tablet/minggu dan 1 tablet/hari selama 10 hari ketika menstruasi (Kemenkes, 2016).

Turunnya kemampuan darah untuk mengangkut oksigen karena rendahnya konsentrasi Hb (haemoglobin) dalam darah disebut Anemia (Depkes RI, 2008). Anemia defisiensi besi merupakan salah satu anemia yang sering ditemukan pada remaja, terutama remaja putri. Berdasarkan Tabel Angka Kecukupan Gizi (AKG) bahwa kebutuhan zat besi remaja perempuan usia 13-29 tahun adalah 26 mg, dimana angka ini merupakan nilai yang lebih tinggi untuk kebutuhannya dibandingkan dengan kebutuhan zat besi pada remaja laki-laki seusianya. Pada remaja putri asupan zat besi tidak hanya digunakan untuk pertumbuhan dan

perkembangan, namun juga digunakan untuk mengganti zat besi yang hilang melalui pengeluaran darah saat menstruasi. Karena kebutuhan zat besi perempuan yang sangat tinggi inilah, perempuan berisiko mengalami kekurangan zat besi.

Hasil data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi kejadian anemia di Indonesia 48,9% dengan penderita anemia berumur 15-24 tahun sebesar 84,6%. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Hamidiyah, dkk (2019), sebesar 94% faktor determinan penyebab anemia tertinggi adalah konsumsi gizi tidak sesuai Angka Kecukupan Gizi (AKG). Angka kejadian anemia defisiensi besi di Indonesia sebanyak 72,3%. Dampak dari kekurangan besi pada remaja mengakibatkan pusing, lemah, pucat, letih, dan menurunnya konsentrasi belajar (Kemenkes RI, 2015).

METODE

Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* yang merupakan salah satu bentuk studi observasional mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap konsumsi suplemen zat besi. Variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini diteliti hanya sekali secara bersamaan, dalam periode waktu tertentu.

Lokasi penelitian di Wilayah Jakarta Timur dengan populasi dalam penelitian ini adalah siswa remaja putri dengan jumlah 610 siswa. Teknik sampel yang digunakan adalah *simple random sampling* menggunakan tabel Kretjic dengan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 221 remaja putri. Alat ukur dalam penelitian ini yaitu kuesioner yang disebarkan secara langsung pada remaja putri meliputi identitas dan pengetahuan remaja putri tentang konsumsi anemia serta sikap terhadap konsumsi suplemen zat besi.

Pengolahan data dilakukan secara komputerisasi menggunakan program SPSS (*Statistical Product and service solutions*) 20.0 dengan analisis data dilakukan melalui analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi setiap variabel. Sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui variabel berhubungan dengan sikap terhadap konsumsi suplemen zat besi. Uji yang digunakan adalah *Chi-Square (X²)*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil Analisis Univariat

Analisis variabel penelitian secara univariat menjelaskan tentang distribusi variabel penelitian meliputi variabel pengetahuan anemia dan sikap terhadap konsumsi suplemen zat besi pada remaja perempuan. Tabel hasil analisis univariat dijelaskan pada tabel 1 yang akan membahas mengenai jumlah (n) dan persentase (%) pada pengetahuan remaja tentang anemia.

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Anemia

variabel	n	%	Total	
			n	%
Pengetahuan tentang Anemia				
1. Tinggi	142	64,25	221	100
2. Rendah	79	35,74		
Sikap terhadap Konsumsi Suplemen Zat Besi				
1. Baik	122	55,21	221	100
2. Buruk	99	44,79		

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden yang diteliti memiliki pengetahuan tinggi terhadap anemia, yaitu sebesar 142 responden (64,25%). Sedangkan berdasarkan sikap responden terhadap konsumsi suplemen zat besi didapatkan tertinggi adalah memiliki sikap baik dengan jumlah 122 (55,21%).

Hasil Analisis Bivariat

Analisis secara bivariat menggunakan uji *chi-square* untuk menjelaskan tentang hubungan variabel dependen dengan variabel independen, yaitu hubungan pengetahuan anemia dengan sikap terhadap konsumsi suplemen zat besi pada remaja perempuan.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia dengan Sikap Konsumsi Suplemen Zat Besi

Pengetahuan tentang Anemia	Sikap Konsumsi Suplemen Zat Besi		P Value	Total OR (95% CI)
	Baik	Buruk		
Tinggi	93 (76,2%)	34 (34,3%)	0,04	13,5
Rendah	29 (23,8%)	65 (65,7)		
Jumlah	122	99		

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa berdasarkan analisis bivariat didapatkan hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan sikap terhadap konsumsi suplemen zat besi dengan nilai $p < 0,04$ yang artinya ada hubungan bermakna antara pengetahuan remaja tentang anemia dengan sikap remaja terhadap konsumsi suplemen zat besi.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Remaja Tentang Anemia

Berdasarkan penelitian didapatkan tingkat pengetahuan remaja tentang anemia sebanyak 64,25% memiliki pengetahuan yang tinggi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Laksmi (2018) didapatkan sebanyak 53,1% memiliki pengetahuan kurang.

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2010).

Sikap Remaja Terhadap Konsumsi Suplemen Zat Besi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sikap remaja terhadap konsumsi suplemen zat besi sebanyak 55,21% memiliki sikap yang baik. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Sugiartni (2019) didapatkan 98,3% responden memiliki sikap positif.

Sedangkan sikap merupakan kesiapan individu seseorang dalam melakukan tindakan tertentu terhadap suatu hal. Sikap dapat bersifat positif maupun negatif. Sikap positif cenderung melakukan pendekatan, senang, berharap akan obyek tertentu. Sedangkan sikap negatif, kecenderungan tindakan adalah membenci, tidak suka terhadap obyek tertentu.

Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Sikap terhadap konsumsi Suplemen Zat Besi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebanyak 34,3 % remaja putri memiliki pengetahuan baik tentang anemia namun memiliki sikap yang buruk tentang konsumsi suplemen zat besi. Sebanyak 23,8% remaja yang memiliki pengetahuan rendah tentang anemia namun memiliki sikap yang baik terhadap konsumsi suplemen zat besi. Berdasarkan analisis chi-square antar pengetahuan tentang anemia dengan sikap terhadap suplemen zat besi diperoleh p-value 0,04, dengan demikian ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan sikap terhadap konsumsi suplemen zat besi pada remaja putri. Dari hasil analisis diperoleh nilai Odds Ratio (OR) 13,5 artinya remaja putri yang memiliki pengetahuan tentang anemia kurang beresiko 13 kali memiliki sikap yang buruk tentang konsumsi suplemen zat besi.

KESIMPULAN

1. Mayoritas remaja putri di Wilayah Jakarta Timur memiliki pengetahuan yang tinggi mengenai anemia, yaitu sebesar 64,25%.
2. Sebanyak 55,21% remaja putri di Wilayah Jakarta Timur memiliki sikap yang baik terhadap konsumsi suplemen zat besi.
3. Dari hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p=0,04$ yang berarti terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan konsumsi suplemen zat besi.

SARAN

1. Bagi Remaja Putri

Remaja putri hendaknya dapat melakukan pemeriksaan kadar haemoglobin secara berkala dan mengkonsumsi makanan yang memiliki sumber zat besi tinggi memenuhi nutrisi sesuai dengan kebutuhan serta dapat mengkonsumsi variasi sumbermakanan yang tinggi asupan zat besi. Bagi remaja putri yang terindikasi mengalami anemia, disarankan untuk melakukan diet tinggi asupan zat besi dan mengkonsumsi suplemen zat besi sesuai ketentuan.

2. Bagi Suku Dinas Kesehatan Jakarta Timur Khususnya Puskesmas Cibubur

Diharapkan berdasarkan hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dan dasar dalam upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri di Jakarta Timur. Puskesmas Cibubur dapat melakukan kegiatan promosi kesehatan dengan melakukan penyuluhan kepada remaja tentang anemia dan pentingnya konsumsi suplemen zat besi serta melakukan pemeriksaan kadar haemoglobin secara berkala. Puskesmas juga dapat melakukan kerjasama dengan melakukan pembinaan kepada pengelola UKS ataupun Pusat Informasi Konseling Remaja (PIK-R) Wilayah Jakarta Timur agar pengelola UKS maupun PIK-R dapat berperan sebagai konselor maupun pendidik sebaya yang dapat membantu menyebarkan informasi atau melakukan penyuluhan kepada seluruh siswa remaja putri di Wilayah Jakarta Timur tentang anemia dan pentingnya suplemen zat besi.

3. Bagi SMAN Wilayah Jakarta Timur

Pihak sekolah dapat bekerja sama dengan Suku Dinas Kesehatan Jakarta Timur melalui Puskesmas Cibubur melakukan sosialisasi pemahaman tentang pentingnya mengkonsumsi suplemen zat besi bagi siswa remaja putri, kepada para orang tua siswa remaja putri agar siswa remaja putri mendapatkan dukungan dari orang tua serta membantu melakukan pengawasan terhadap remaja putri untuk mengkonsumsi suplemen zat besi serta menyediakan makanan yang kaya akan zat besi seperti sayuran hijau dan lauk hewani seperti daging sapi, daging ayam, hati, dan ikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. 2015. Laporan akuntabilitas kinerja tahun 2015. Jakarta: *ditjen bina Gizi dan KIA, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*
- Departemen Kesehatan RI. 2008. *Program Penanggulangan Anemia Gizi pada Wanita Usia Subur (WUS)*, Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). 2018. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*.

Kemenkes RI (2014) *Profil Kesehatan Indonesia. Kementerian Kesehatan Indonesia, Pusdatin.Kemendes.Go.Id.*

Hamidiyah, A., Rohmani, L., Zahro, N.A., 2019. Faktor Determinan Anemia Santri Putri. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan. Vol.6 (1).P:64-72.*

Notoatmodjo. 2010. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan.* Rineka Cipta, Jakarta

Laksmi., 2018. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Di Kabupaten Tanggamus. *Jurnal Keperawatan, Volume XIV, No.1, April 2018.*

Sugiartni., 2019. Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Besi untuk Mengatasi Anemia. *Jurnal MID-Z . Vol 2 No 2, November 2019.*