

Original Article

Hubungan Pengetahuan, Gizi, Sikap terhadap Kesehatan Remaja Khususnya Anemia

Riesky Budi Nurhidayati

Program Studi Sarjana Terapan Universitas Indonesia Maju
Departemen Kebidanan Universitas Indonesia Maju
Gedung HZ Jl. Harapan No. 50 Lenteng Agung Jakarta 12610
Email: Rieskiky88622@gmail.com

ABSTRACT

Editor: NH

Diterima: 28/11/2023

Direview: 20/05/2024

Publish: 25/05/2024

Hak Cipta:

©2024 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional**.

Latar Belakang: *World Health Organization* menyatakan bahwa lebih dari 30% penduduk di dunia mengalami anemia. Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2018, yaitu pada kelompok remaja usia 11-14 tahun sebesar 13,5% dan usia 15-21 tahun sebesar 29,5%.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan pengetahuan, gizi, sikap terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia di Bojonggede tahun 2022.

Metode: Metode yang digunakan dalam penelitian menggunakan kuantitatif dengan penelitian deskriptif analitik dan menggunakan desain *Cross-Sectional*, dimana penelitian dilakukan pada saat pengambilan data antara variabel independen dengan variabel dependen yang dilakukan secara bersama-sama pada waktu yang sama, dengan besar populasi sebanyak 134 responden, sampel pada penelitian ini 57 responden remaja yang dipilih dengan teknik *Probability Sampling*. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini berupa lembar kuisioner. Analisa data menggunakan *Chi-square*.

Hasil: Hasil uji *Chi-Square* untuk hubungan pengetahuan dengan anemia *p-value* yaitu $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ dan hasil Uji *Chi-Square* untuk hubungan gizi dengan anemia yaitu $0,000 < 0,05$, serta hubungan sikap dengan anemia pada remaja $p\text{-value} = 0,017 < 0,05$.

Kesimpulan: Terdapat adanya hubungan antara pengetahuan, gizi dan sikap terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia.

Kata kunci: anemia, gizi, pengetahuan, sikap

Pendahuluan

Masa remaja adalah masa dimana perubahan transisi dari anak-anak menuju masa dewasanya yang juga disebut pubertas seseorang. Masa transisi menjadi remaja ini khususnya pada remaja putri merupakan kelompok yang rawan terhadap masalah gizi salah satunya adalah defisiensi zat besi sehingga mengalami anemia. Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Anemia adalah penyakit yang disebabkan rendahnya massa sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin (Hb) yang mengakibatkan turunnya kemampuan darah untuk mengangkut oksigen, adanya factor tersebut maka asupan makanan yang bergizi akan berdampak terhadap kondisi tubuh kurang sehat.¹

World Health Organization menyatakan bahwa lebih dari 30% penduduk di dunia mengalami anemia. Persentase pada negara maju sebesar 4,3-20% dan pada negara berkembang sebesar 30-48% dengan anemia gizi besi. Secara global, sebesar 43% diderita anak-anak, 38% ibu hamil, 29% wanita tidak hamil, dan sebesar 29% semua wanita usia subur didiagnosa anemia.² Data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 menunjukkan bahwa jumlah remaja di dunia ini diperkirakan berjumlah 18% dari jumlah penduduk dunia atau sebanyak 1,2 milyar penduduk. Indonesia sendiri jumlah remaja usia 15-24 tahun berdasarkan sensus penduduk 2017 adalah kurang lebih 44,8 juta jiwa atau sekitar 17,15%.³ Menurut WHO, prevalensi anemia di dunia berkisar pada 40-80%. Di India, prevalensi anemia pada WUS sebesar 45%. Prevalensi anemia pada WUS di Indonesia sebesar 32%. Proporsi anemia pada perempuan 27,2% lebih besar dibanding laki-laki sebesar 20,3%. Ironisnya, kejadian anemia pada WUS justru mengalami peningkatan dari 37,1% pada Riskesdas 2013 menjadi 48,9%.⁴

Berdasarkan Data Riskesdas 2018 proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki (20,3%). Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32% tahun 2018. Hampir 23% remaja putri di Indonesia mengalami anemia alias kurang darah. Dengan jumlah remaja putri kurang lebih 21 juta, terdapat setidaknya 4,8 juta yang mengidap kekurangan jumlah sel darah merah (yang mengandung protein hemoglobin, Hb). Sel ini yang memungkinkan oksigen dari jantung di angkut ke seluruh bagian tubuh.⁵ Jumlah remaja di Indonesia menurut Badan Pusat Statistik pada Tahun 2020 yang berusia 15-19 tahun, untuk perempuan berjumlah 10 816,9 jiwa untuk penduduk laki laki berjumlah 11 495,7 jiwa. Total jumlah remaja di Indonesia 22 312,6 jiwa.⁶ Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2018, yaitu pada kelompok remaja usia 11-14 tahun sebesar 13,5% dan usia 15-21 tahun sebesar 29,5%. Angka kejadian anemia pada kelompok remaja di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2018 mencapai 41,5%.⁷

Berdasarkan hasil Capaian Penilaian Kinerja (PKP) Puskesmas Cibening Kab Bogor tahun 2019, cakupan remaja puteri di sekolah usia 12-18 tahun yang mendapat Tablet Tambah Darah yaitu hanya 14,21%. Selain itu 3 (tiga) dari 6 (enam) desa di wilayah kerja Puskesmas Cibening yaitu Desa Cibening, Gunung Bunder II dan Pasarean termasuk sebagai desa lokus stunting. Salah satu pencetus lahirnya generasi stunting adalah remaja puteri kurang gizi (zat besi). Sehingga diperlukan promosi kesehatan terkait pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja puteri untuk memutus siklus stunting.⁸ Berdasarkan dari hasil data tahun 2020 jumlah remaja yang terkena anemia ada sekitar 52 remaja, pada tahun 2021 berjumlah 47 remaja dan pada tahun 2022 ada 39 remaja yang mengalami anemia di Desa Bojonggede Kab. Bogor. Jumlah anemia pada tahun 2022 dari 134 remaja yang tidak anemia ada 95 responden. Untuk remaja yang anemia ringan berjumlah 24 responden 9,3 %, anemia sedang berjumlah 12 responden 4,6%, dan anemia berat berjumlah 3 responden 1,1 %.

Penelitian Fauziah (2019) menunjukkan bahwa pengaruh pendidikan menggunakan sampul buku pada remaja putri di SMP Teuku Umar Semarang dengan nilai signifikansi p -value = 0,001, pada tingkat pengetahuan yang sebelum intervensi 16,7% meningkat menjadi 94,6% dan meningkat sikap dalam memberikan kategori intervensi. baik dari 66,7% menjadi 91,7% yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi p -value = 0,001. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pengaruh pendidikan gizi dengan media cover buku terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri.⁹

Dampak pada remaja putri anemia dapat menyebabkan turunnya gairah belajar, konsentrasi, mengantuk serta dapat mengganggu pertumbuhan seperti tinggi dan berat badan yang tidak sempurna. Selain itu, juga menyebabkan turunnya daya tahan tubuh sehingga mudah terserang Penyakit. Jika anemia terjadi, pengobatannya selalu diberikan suplementasi zat besi, dan diikuti dengan mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi dan makanan yang dapat membantu proses penyerapan zat besi. Makanan yang banyak mengandung zat besi dari bahan makanan hewani seperti daging, ikan, ayam, hati, telur, sedangkan bahan makanan nabati yang banyak mengandung zat besi yaitu sayuran berwarna hijau tua, kacang-kacangan, dan tempe, sedangkan bahan makanan yang dapat membantu proses penyerapan besi yaitu sayur-sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C seperti daun katuk, daun singkong, bayam, jambu biji, tomat, jeruk dan nanas.¹⁰

Di dalam Buku Panduan Kegiatan Hari Gizi Nasional 2021 ditegaskan bahwa arah pembangunan kesehatan dititik beratkan pada upaya promotif preventif, karena dapat memberikan dampak yang lebih luas dan lebih efisien dari sisi ekonomi. Perbaikan gizi masyarakat yang difokuskan pada 1000 HPK dan usia remaja menjadi komponen utama pembangunan kesehatan yang berkelanjutan sebagai investasi dalam pembangunan sumberdaya manusia Indonesia yang berkualitas dan berdaya saing.¹¹ Pemberian TTD merupakan cara yang efektif untuk mengatasi masalah anemia, apabila dikonsumsi rutin akan terjadi peningkatan pada kadar Hb8,6. Selain itu menurut penelitian Falkingham et al (2010) menyebutkan bahwa konsumsi TTD dapat meningkatkan konsentrasi pada wanita dan remaja serta meningkatkan IQ pada penderita anemia. Penelitian yang dilakukan oleh Deshmukh et al di India (2008) menyatakan bahwa TTD kurang memberi dampak jika diberikan ketika hamil trimester pertama dan disarankan agar mempunyai cadangan besi yang cukup ketika sebelum hamil.¹²

Hal ini juga didukung oleh pemerintah dengan program pemberian suplemen tambah darah pada remaja putri sesuai dengan PERMENKES RI No. 88 tahun 2014 tentang standar TTD bagi wanita usia subur dan ibu hamil dan Surat Edaran (SE) Kementerian Kesehatan RI No. HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian tablet tambah darah pada remaja putri dan wanita usia subur. Pemberian TTD ini umumnya dilakukan pada anak Sekolah Menengah Pertama (SMP)/ sederajat dan Sekolah Menengah Atas (SMA)/sederajat. Berdasarkan Surat Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 736a/Menkes/XI/1989 batas kadar hemoglobin normal untuk masing-masing kelompok umur dan jenis kelamin diantaranya adalah 11gram/dl untuk kelompok anak usia 6 bulan sampai dengan 6 tahun, 12gram/dl untuk anak usia 6 sampai dengan 14 tahun, 13 gram/dl untuk kelompok pria dewasa, 11 gram/dl untuk kelompok ibu hamil, dan 12gram/dl untuk kelompok ibu menyusui lebih dari 3 bulan.¹³

Kejadian anemia banyak terjadi karena kurangnya pengetahuan sejak dini mengenai anemia, salah satu cara untuk mengurangi kejadian anemia pada remaja putri melalui penerapan pengetahuan anemia untuk remaja putri pada umur awal pubertas atau masa awal menstruasi pada wanita. Disamping itu bagi remaja akan mengakibatkan penurunan kemampuan serta konsentrasi dalam belajarnya di sekolah, dapat mengganggu pertumbuhan fisik serta perkembangan otak, dan meningkatkan risiko untuk para remaja yang anemia mengalami infeksi yang disebabkan daya tahan tubuh menurun.¹⁴

Dampak anemia yang terlihat pada remaja yaitu menurunnya produktivitas kerja, pertumbuhan terhambat, tubuh mudah terinfeksi,kebugaran tubuh berkurang, semangat belajar

dan prestasi menurun. Pada suatu saat, remaja pasti akan menjadi calon ibu. Apabila seorang ibu mengalami anemia pada saat kehamilan maka akan beresiko tinggi untuk mengalami pendarahan sewaktu melahirkan sehingga dapat menyebabkan kematian pada ibu. Terjadinya kejadian anemia dapat disebabkan oleh asupan pola makan yang salah, tidak teratur dan tidak seimbang dengan kecukupan sumber gizi yang dibutuhkan tubuh, diantaranya adalah asupan energi, asupan protein, asupan karbohidrat, asupan lemak, vitamin C dan yang terutama kurangnya sumber makanan yang mengandung zat besi juga asam folat. Secara umum upaya penanggulangan masalah anemia pada remaja berkaitan dengan asupan makanan yang dikonsumsi setiap hari dan makanan yang mengandung zat besi.^{15, 16}

Anemia defisiensi besi disebabkan karena kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi yang tidak cukup, penyerapan tidak adekuat dan peningkatan kebutuhan zat besi untuk pembentukan sel darah merah pada masa pubertas karena aktifitas fisik yang meningkat, diet yang salah, pola makan yang tidak teratur, makanan yang praktis atau makanan yang siap saji, dan mengalami menstruasi. Secara umum puncak pertumbuhan pada remaja terjadi sekitar 12-18 bulan sebelum mengalami menstruasi pertama sekitar usia 10-14 tahun dan pertumbuhan tinggi badan terusterjadi sekitar 7 tahun setelah mengalami menstruasi. Perubahan yang terjadi saat remaja dapat mempengaruhi status gizi dan kesehatan karena pertumbuhan fisik yang secara cepat sangat memerlukan energi dan zat gizi yang tinggi.¹³ Sikap merupakan suatu pandangan yang berbeda dengan suatu pengetahuan yang dimiliki orang, pengetahuan yang baik maka akan mendorong seseorang untuk menampilkan sikap yang sesuai dengan pengetahuan, apabila seseorang telah mendengar tentang anemia maka pengetahuan ini akan membawa seseorang untuk berfikir dan berusaha untuk mencegah agar tidak terkena anemia.¹⁴ Remaja putri memiliki risiko tinggi untuk anemia dan kekurangan gizi. Kebutuhan zat besi pada remaja putri meningkat karena mengalami pertumbuhan yang pesat pada masa pubertas. Anemia pada remaja putri dapat menurunkan daya tahan tubuh, kebugaran, dan prestasi belajar. Selain itu, tidak hanya memengaruhi kehidupannya dalam jangka pendek, namun berpengaruh pada jangka panjang yaitu kehamilan nantinya.¹⁷

Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan suatu penelitian tentang Hubungan Pengetahuan, Gizi, Sikap Terhadap Kesehatan Remaja Khususnya Anemia Di RW 14 Kecamatan Bojong Gede Tahun 2022.

Metode

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian survei analitik dengan desain *Cross-Sectional*. Metode penelitian investigasi analitik adalah penelitian yang berusaha menyelidiki bagaimana dan mengapa fenomena ini terjadi. Populasi dalam penelitian ini yaitu 134 remaja di Desa Bojonggede. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel penelitian ini yaitu *simple random sampling* sebanyak 57 remaja. Kriteria sampel atau subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Kriteria dalam penelitian inklusi ini adalah remaja bersedia diwawancarai, remaja yang berdomisili di Desa Bojonggede. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah remaja yang menolak menjadi responden.

Data primer penelitian ini data yang diperoleh secara langsung dari remaja di Desa Bojonggede. Data primer merupakan sumber data yang langsung memberikan data kepada peneliti. Pada penelitian ini diperoleh data primer dengan membagikan sebuah kuesioner secara langsung kepada responden. Dalam data primer ini peneliti memperoleh hasil data dari

kuesioner yang telah dibagikan serta memperoleh jawaban dari pertanyaan yang telah disediakan melalui pengisian kuesioner oleh peneliti. Data sekunder adalah data yang diperoleh dari tempat lain. Data sekunder untuk penelitian ini adalah data yang diperoleh dari berbagai sumber yang ada, jenis pengumpulan data yang tidak langsung yaitu peneliti memperoleh data melalui orang lain atau menyalin dokumen. Analisis data menggunakan uji *chi-square*. Nilai tingkat kemaknaan (*p-value*) dibandingkan dengan nilai tingkat kesalahan atau alpha (α), dengan nilai $\alpha=0,050$. Penelitian ini telah lulus uji protokol etik penelitian oleh Komisi Etik Penelitian Institut Universitas Indonesia Maju dengan nomor: No. 4496/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/IV/2023. Pelaksanaan penelitian bersifat sukarela dan tidak ada paksaan. Peneliti menggunakan *informed consent* sebagai bukti keikutsertaan dalam proses penelitian.

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden

No	Frekuensi	n	%
Anemia			
1	Tidak Anemia	34	59.6
2	Anemia	22	40.4
Total		57	100
Pengetahuan			
1	Rendah	32	56.1
2	Tinggi	25	43.9
Total		57	100
Gizi			
1	Kurang	28	49.1
2	Baik	29	50.9
Total		57	100
Sikap			
1	Tidak Baik	27	47.4
2	Baik	30	52.6
Total		57	100

Berdasarkan data tabel 1 frekuensi anemia dapat disimpulkan bahwa dari 57 responden tidak anemia sebanyak 34 reponden (59.6%). Frekuensi pengetahuan disimpulkan terdapat sebagian besar responden pengetahuan rendah sebanyak 32 responden (56.1%) dari jumlah responden sebanyak 57 responden. Frekuensi gizi disimpulkan sebagian besar gizi baik yaitu sebanyak 29 responden (50.1%) dari 57 responden. Frekuensi sikap disimpulkan dari 57 responden sebagian besar sikap baik yaitu sebanyak 30 responden (52.6%).

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan, Gizi, Sikap terhadap Kesehatan Remaja Khususnya Anemia di RW 14 Kecamatan Bojong Gede Tahun 2022.

Variabel	Kesehatan Remaja Khususnya Anemia				Total	p-value	OR (95%CI)
	Anemia		Tidak Anemia				
	N	%	N	%			
Pengetahuan							
Rendah	26	81.3	6	18.8	32	0,000	9.208 (2.712-31.264)
Tinggi	8	32.0	17	68.0	25		
Total	34	59,6	23	40,4	57 100		
Gizi							
Kurang	25	89.3	3	10.7	28	0,000	18.519

Baik	9	31.0	20	69.0	29		(4.419-77.604)
Total	34	59,6	23	40,4	57	100	
Sikap							
Tidak Baik	21	60.7	6	39.3	27		4.577
Baik	13	23.3	17	76.7	30	0,017	(1.435-14.594))
Total	34	59,6	25	40.4	57	100	

Berdasarkan tabel 2 Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,000 dimana nilai *P-value* < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia di RW 14 Kecamatan Bojong Gede tahun 2022. Nilai *P-value* didapatkan dari *Continuity Correction* karena berdasarkan hasil pengolahan program SPSS didapatkan keterangan dari tabel 2x2 tidak terdapat nilai *expected count* kurang dari 5, dan memiliki nilai *Odds Ratio* sebesar 9.208 artinya pengetahuan rendah memiliki peluang 9 kali untuk mengalami anemia dibandingkan dengan pengetahuan tinggi.

Berdasarkan tabel 2 Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,000 dimana nilai *P-value* < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan gizi terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia di RW 14 Kecamatan Bojong Gede tahun 2022. Nilai *P-value* didapatkan dari *Fisher's Extract Test* karena berdasarkan hasil pengolahan program SPSS didapatkan keterangan dari tabel 2x2 dan terdapat nilai *expected count* kurang dari 5, dan memiliki nilai *Odds Ratio* sebesar 18.519 artinya gizi kurang memiliki peluang 18 kali untuk mengalami anemia dibandingkan dengan gizi baik.

Berdasarkan table 2 Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,017 dimana nilai *P-value* < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan Sikap terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia di RW 14 Kecamatan Bojong Gede tahun 2022. Nilai *P-value* didapatkan dari *Continuity Correction* karena berdasarkan hasil pengolahan program SPSS didapatkan keterangan dari tabel 2x2 tidak terdapat nilai *expected count* kurang dari 5, dan memiliki nilai *Odds Ratio* sebesar 4.577 artinya yang memiliki Sikap tidak baik memiliki peluang 4 kali untuk mengalami anemia dibandingkan dengan sikap baik.

Pembahasan

Hubungan Pengetahuan Remaja dengan Anemia

Berdasarkan hasil analisa bivariat hubungan pengetahuan terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia di Bojong Gede tahun 2022 diperoleh hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,000 dimana nilai *P-value* < α (0,05) yang berarti H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan pengetahuan terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia di RW 14 Kecamatan Bojong Gede tahun 2022.

Hasil penelitian lain juga dilakukan oleh Simanungkalit SF and Simarmata OS dengan judul jurnal Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Remaja Putri yang berhubungan dengan Status Anemia. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan pengetahuan dan perilaku konsumsi dengan anemia remaja putri. Penelitian ini didapatkan sebanyak 63,4% remaja putri mengalami anemia. Faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia remaja putri dalam penelitian ini adalah pengetahuan (*P-value* = 0,004), status gizi (*P-value* = 0,034) dan pola konsumsi inhibitor Fe (*P-value* = 0,009). Setelah dilakukan uji multivariat didapatkan pengetahuan anemia sebagai faktor dominan anemia remaja putri dengan OR 3,3. Saran dalam penelitian ini adalah perlunya diberikan penyuluhan mengenai anemia dan pola konsumsi

inhibitor Fe serta pemantauan status gizi di UKS SMA/K sehingga para remaja putri terhindar dari anemia.¹⁸

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan tentang anemia sangat mempengaruhi kecenderungan remaja putri untuk memilih bahan makanan dengan nilai gizi yang baik dan yang mengandung zat besi yang tinggi, apabila seseorang memiliki pengetahuan yang tinggi tentang anemia maka bisa menghindari makanan dan minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi.

Menurut peneliti pengetahuan anemia merupakan faktor utama anemia pada remaja putri. Sehingga, perlu adanya upaya peningkatan pengetahuan pada remaja putri. Kejadian anemia banyak terjadi karena kurangnya pengetahuan sejak dini mengenai anemia, salah satu cara untuk mengurangi kejadian anemia pada remaja putri melalui penerapan pengetahuan anemia untuk remaja putri pada umur awal pubertas atau masa awal menstruasi pada Wanita.

Hubungan Gizi Remaja dengan Anemia

Berdasarkan hasil analisa bivariat hubungan gizi terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia diRw 14 kecamatan Bojong Gede tahun 2022. Diperoleh Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,000 dimana nilai *P-value* < α (0,05) yang berarti H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan gizi terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia di RW 14 Kecamatan Bojong Gede tahun 2022.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Indartanti D. dan Kartini A. dengan judul Hubungan Gizi dengan Kejadian Anemia pada remaja Puteri. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 9 Semarang dengan desain penelitian cross-sectional. Subjek 90 remaja putri yang dipilih secara *consecutive sampling*. Kadar hemoglobin diukur menggunakan metode Cyanmethemoglobin, pengukuran berat badan dengan menggunakan timbangan injak digital dan tinggi badan menggunakan microtoise. Asupan protein, zat besi, vitamin C, vitamin B12 dan folat sebagai variabel perancu diperoleh dengan metode *Semi Food Frequency Questionnaire* (FFQ) kemudian dihitung dengan nutrisoft. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi-square* kemudian dilanjutkan analisis multivariat dengan uji regresi logistik. Hasil penelitian diperoleh 1,1% subyek memiliki status gizi sangat kurus, 3,3% kurus, 73,3% normal, 15,6% overweight, 6,7% obesitas dan sebanyak 26,7% mengalami anemia. Rerata kadar hemoglobin $12,6 \pm 1,29$ SD dan rerata nilai *z-score* berdasarkan IMT/U adalah $0,97 \pm 1,18$ SD. Dilihat dari asupan diketahui bahwa sebanyak 63,3% siswi yang asupan zat besinya kurang dari kebutuhan, sedangkan asupan protein, vitamin C, vitamin B12 dan folat sebagian besar sudah dalam kategori cukup. Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak ada hubungan bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,289$). Ada hubungan asupan zat besi ($p=0,000$) dan asupan folat ($p=0,006$) dengan kejadian anemia. Hasil analisis multivariat menggunakan uji regresi logistik menunjukkan variabel asupan zat besi yang berpengaruh terhadap anemia.¹⁹

Masalah gizi yang biasa dialami pada masa remaja salah satunya adalah anemia. Anemia adalah penurunan kuantitas sel-sel darah merah dalam sirkulasi atau jumlah hemoglobin berada dibawah batas normal. Gejala yang sering dialami antara lain lesu, lemah,

pusing, mata berkunang-kunang, dan wajah pucat. Anemia dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar karena kurangnya konsentrasi.

Menurut peneliti Remaja putri kebanyakan ingin langsing untuk menjaga penampilan, sehingga mereka melakukan diet ketat yaitu dengan mengurangi asupan makanan. Mengurangi asupan makanan (karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral) bisa menyebabkan kekurangan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh yang menyebabkan cadangan besi dibongkar. Keadaan itulah mempercepat terjadinya anemia.

Hubungan Sikap Remaja dengan Anemia

Berdasarkan hasil analisa bivariat hubungan gizi terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia di Bojong Gede tahun 2022. Diperoleh Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,017 dimana nilai *P-value* < α (0,05) yang berarti H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan sikap terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia di RW 14 Kecamatan Bojong Gede tahun 2022.

Hasil Penelitian oleh Jaswadi dengan judul jurnal hubungan sikap dengan kejadian anemia remaja putri di SMAN 9 Mataram. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sikap remaja putri dengan kejadian anemia di SMAN 9 Mataram. Penelitian ini adalah penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* yaitu total sampling dengan ukuran sampel 62 orang. Analisis data yang digunakan adalah univariat dalam bentuk narasi, frekuensi dan tabel distribusi persentase dan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri dengan anemia ringan adalah 43 siswa (69,4%), 36 siswa (58,1%) memiliki sikap buruk, 27 siswa (43,6%) yang berperilaku buruk mengalami anemia ringan. Hasil analisis lebih lanjut menggunakan *Chi-square* menunjukkan bahwa hubungan antara sikap dan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 9 Mataram dengan *P-value* = 0,323 > 0,05. Kesimpulan penelitian ini tidak ada hubungan antara sikap dan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 9 Mataram.²⁰

Sikap adalah reaksi atau respon yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek yang kemudian diyakini dan akan menimbulkan kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan yang diyakininya. Sikap belum otomatis terwujud dalam bentuk praktik. Untuk mewujudkannya menjadi suatu perbuatan yang nyata diperlukan faktor pendukung atau kondisi yang memungkinkan. Meskipun sikap remaja putri baik, apabila lingkungannya kurang mendukung terhadap pola makan atau praktik pencegahan anemia lainnya maka belum menjamin terhindar dari anemia.

Menurut peneliti meskipun remaja putri yang anemia memiliki sikap yang baik terhadap pencegahan anemia namun ketika tidak didukung dengan pengetahuan, dan gizi yang baik seperti dalam kemampuan untuk menyediakan aneka ragam makanan maka, maka hal itu bisa menjadi penyebab anemia pada remaja putri.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang hubungan pengetahuan, gizi, sikap terhadap kesehatan remaja khususnya anemia, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat

hubungan yang signifikan antara pengetahuan, gizi dan sikap terhadap kesehatan remaja khususnya Anemia di Bojonggede tahun 2022.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi membantu proses penelitian ini.

Pendanaan

Sumber pendanaan diperoleh dari peneliti

Daftar Pustaka

1. BKKBN. No Title. Remaja dan Permasalahannya, dinkes 28 Februari 2019, <http://www.bkkbn.go.id>. 2019;
2. Kemenkes RI. No Title. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS) Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018;
3. KEMENKES. No Title. Remaja menurut Kemenkes RI 2017 [Internet] WEB 2017 Available from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-reproduksi-remaja.pdf>. 2017;
4. RISKESDAS. No Title. Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta. 2018;
5. Riskesdas. . Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. 2018;
6. Badan Pusat Statistik (BPS) ...(2020). No Title. (Badan Pusat Statistik (BPS) Profil Kesehatan 2020.
7. RI K. Profil Kesehatan Indonesia 2019. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2019.
8. Manualbook. No Title. MANUAL - Kecamatan Pamijahan - Kabupaten Bogor<https://kecamatanpamijahan.bogorkab.go.id>. 2019;
9. Fauziah, dkk. No Title. Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Sampul Buku Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Remaja Putri (studi pada siswi kelas VII di SMP Teuku Umar Semarang) *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4), 695-699. 2019;
10. Joko Susilo. No Title. Sukses Bertanam Jambu Biji & Jambu Air: di Pekarangan Rumah & Kebun Yogyakarta: Pustaka Baru Press. 2019;
11. Kemenkes. R. I. No Title. Panduan Kegiatan Hari Gizi Nasional Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2021;
12. Amir, dkk. No Title. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di Indonesia: Literatur review *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(2), 119-129. 2019;
13. Sirajuddin Dkk. . Bahan Ajar GiziSurvei Konsumsi Pangan Kemenkes:Pusat Pendidikan Sumber DayaManusia Kesehata. 2018;
14. Yunita,et.al. No Title. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Di Smp 18 Surakarta *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(1), 36-47. 2020;
15. Dr. K. M. Agus Riyanto. Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan. 3rd ed. Fiddarain A, editor. Yogyakarta: Nuamedika; 2019. 28 p.
16. Saputri4 RSY septiasari2 FFN. Pengaruh konsumsi telur rebus terhadap peningkatan kadar hemoglobin. 2020;5.
17. Armila, A. No Title. Pengaruh Pelibatan Ibu Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di Kota Palopo (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin). 2022;
18. Simanungkalit SF, Simarmata OS. . Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Remaja Putri yang berhubungan dengan status Anemia *Buletin Penelitian Kesehatan* Vol 47 No 3 <http://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/bpk/article/view/1269>. 2019;

19. Indartanti, D., & Kartini A. . Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Usia 12-14 Tahun (Doctoral dissertation, Diponegoro University). 2014;
20. Jaswadi J. . Hubungan Sikap Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMAN 9 Mataram JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan), 4(3). 2020;