



**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENINGKATAN
PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA**

Henriana Harsla Januar*, Heni Marliany, Adi Nurapandi

S1 Keperawatan, STIKes Muhammadiyah Ciamis, Jln. KH. Ahmad Dahlan No. 20 Ciamis, Jawa Barat 46216,
Indonesia

*henimarliany0803@gmail.com

ABSTRAK

Pengetahuan adalah salah satu komponen yang dapat menimbulkan motivasi intrinsik, atau keinginan yang muncul dari diri sendiri tanpa didorong oleh orang lain, yang berdampak pada sikap dan perilaku seseorang. Pengetahuan dalam bidang tertentu akan berkaitan dengan sikap dan perilaku seseorang. Pengetahuan remaja tentang gizi sering diabaikan, yang berdampak pada perilaku mereka untuk memenuhi kebutuhan zat gizi, khususnya zat besi, yang dapat menyebabkan anemia. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan tentang anemia pada remaja. Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain penelitian Pre-Eksperimen, dengan rancangan penelitian One Group Pre test-Post test design yaitu melakukan satu kali pengukuran diawal (pre test) sebelum ada perlakuan (treatment) dan setelah itu dilakukan pengukuran kembali (post test). Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Wado, Kabupaten Sumedang. Populasi dalam penelitian ini adalah pelajar SMP Negeri 1 Wado yang berjumlah 110 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Jumlah sampel dalam penelitian ditentukan menggunakan rumus Slovin dan didapatkan 53 orang sampel penelitian. Kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan tentang anemia pada remaja dengan p value = 0,026.

Kata kunci: anemia; pendidikan kesehatan; remaja

***THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION ON INCREASING KNOWLEDGE ABOUT
ANEMIA IN ADOLESCENTS***

ABSTRACT

Knowledge is one of the components that can lead to intrinsic motivation, or a desire that arises from oneself without being encouraged by others, which has an impact on one's attitude and behavior. Knowledge in a particular field will be related to a person's attitude and behavior. Adolescents' knowledge about nutrition is often neglected, which has an impact on their behavior to meet nutritional needs, especially iron, which can cause anemia. The purpose of this study was to determine the effect of health education on increasing knowledge about anemia in adolescents. This study uses quantitative with Pre-Experiment research design, with One Group Pre test-Post test design, which is to do one measurement at the beginning (pre test) before treatment (treatment) and after that measurement is done again (post test). This research was conducted at SMP Negeri 1 Wado, Sumedang Regency. The population in this study were 110 students of SMP Negeri 1 Wado. The sampling technique used purposive sampling. The number of samples in the study was determined using the Slovin formula and obtained 53 research samples. Then analyzed using the Wilcoxon test. The results showed that there was an effect of health education on increasing knowledge about anemia in adolescents with p value = 0.026.

Keywords: anemia; adolescence; health education

PENDAHULUAN

Sekitar sepertiga populasi dunia mengalami anemia, suatu kondisi di mana konsentrasi hemoglobin (Hb) dan/atau jumlah sel darah merah lebih rendah dari normal dan tidak mencukupi kebutuhan fisiologis individu. Anemia terkait dengan peningkatan morbiditas dan mortalitas pada wanita dan anak-anak, hasil kelahiran yang buruk, penurunan produktivitas kerja pada orang dewasa, dan perkembangan kognitif dan perilaku yang terhambat pada anak-anak prasekolah dan wanwi. Sekitar sepertiga populasi dunia terkena anemia, suatu kondisi di mana konsentrasi hemoglobin (Hb) dan/atau jumlah sel darah merah lebih rendah dari normal dan tidak memenuhi kebutuhan fisiologis individu. Anemia terkait dengan peningkatan morbiditas dan mortalitas pada wanita dan anak-anak, hasil kelahiran yang buruk, penurunan produktivitas kerja pada orang dewasa, dan perkembangan kognitif dan fisik (Chaparro et al., 2019).

Remaja dalam bahasa latinnya adolescence yang memiliki arti “tumbuh” atau bisa diartikan sebagai masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa. Dalam masa ini terjadi banyak perubahan besar dan essensial, baik dalam segi hormonal, fisik dan psikologis atau sosial secara teratur, terutama seksual. Menurut World Health Organization (WHO) remaja merupakan penduduk yang berusia 10-19 tahun. Dalam Permenkes RI nomor 25 tahun 2014 yang termasuk dalam kategori remaja adalah penduduk yang berusia 10-18 tahun. Sedangkan menurut Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) yang dimaksud dengan remaja adalah penduduk yang berusia 10-24 tahun dan belum menikah (Rofiah et al., 2021). Anemia merupakan suatu kondisi dimana tubuh kekurangan kadar hemoglobin. Hemoglobin berfungsi untuk membawa oksigen dan menghantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. Kekurangan oksigen dalam jaringan menyebabkan gangguan fungsi jaringan, yang menyebabkan penurunan konsentrasi belajar, produktivitas, dan daya tahan tubuh. Risiko melahirkan bayi prematur, komplikasi perdarahan, dan bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) atau Panjang Badan Lahir Rendah (PBLR) meningkat jika ibu hamil mengalami anemia. Rata – rata orang Indonesia berisiko mengalami anemia dikarenakan pola konsumsi, terutama anemia defisiensi zat besi. Gejala yang bisa ditimbulkan oleh anemia biasanya meliputi 5 L (Lemah, Letih, Lesu, Lelah dan Lunglai), mudah lupa dan kurang konsentrasi (Kemenkes RI, 2023).

Pengetahuan adalah salah satu komponen yang dapat menimbulkan motivasi intrinsik, atau keinginan yang muncul dari diri sendiri tanpa didorong oleh orang lain, yang berdampak pada sikap dan perilaku seseorang. Pengetahuan dalam bidang tertentu akan berkaitan dengan sikap dan perilaku seseorang. Pengetahuan remaja tentang gizi sering diabaikan, yang berdampak pada perilaku mereka untuk memenuhi kebutuhan zat gizi, khususnya zat besi, yang dapat menyebabkan anemia. Penyuluhan kesehatan di sekolah dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri (Adilla, 2021). Pendidikan kesehatan adalah penerapan konsep pendidikan di bidang kesehatan. Ini adalah praktik pendidikan. Konsep dasar pendidikan adalah proses belajar, yang berarti bahwa pendidikan menyebabkan individu, kelompok, atau masyarakat menjadi lebih baik, lebih dewasa, atau mengalami perubahan. Dengan asumsi bahwa manusia sebagai makhluk sosial dalam kehidupannya selalu memerlukan bantuan orang lain yang memiliki kelebihan, seperti orang dewasa, pandai, mampu, dan tahu. Terlepas dari kegiatan belajar, seorang individu, kelompok, atau masyarakat tidak berpengaruh dalam mencapai tujuan tersebut. Belajar adalah perubahan dalam diri seseorang dari tidak tahu menjadi tahu atau dari tidak dapat mengerjakan sesuatu menjadi dapat mengerjakan sesuatu (Cholifah et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Budiarti et al., 2021) menunjukkan salah satu faktor yang menyebabkan anemia adalah pengetahuan. Pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku, seperti memilih makanan mereka sehari-hari. Pemilihan makanan yang tidak tepat memiliki pengaruh terhadap ketidakcukupan asupan gizi, termasuk asupan zat besi. Hal ini menunjukkan adanya korelasi antara pengetahuan dan kemungkinan terjadinya anemia pada remaja putri. Sejalan dengan (Wandasari, 2022) menunjukkan adanya hubungan antara status gizi, pengetahuan, pola menstruasi dan sikap terhadap kejadian anemia pada remaja. Menurut World Health Organization (WHO), setengah miliar wanita berusia 15-49 tahun dan 269 juta anak berusia 6-59 bulan diseluruh dunia mengalami anemia. Prevalensi Anemia global pada tahun 2019 adalah 29,9% pada wanita usia reproduksi, setara dengan lebih dari setengah miliar wanita berusia 15-49 tahun. Di Asia Tenggara prevalensi anemia berkisar 25% - 40% pada tahun 2019 (WHO, 2021). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), Indonesia pada tahun 2018 prevalensi anemia pada remaja adalah 32%. Di provinsi Jawa Barat prevalensi anemia pada remaja putri adalah 26,9% (Riskesdas, 2019). Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja di SMPN 1 Wado Tahun 2024.

METODE

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain penelitian Pre-Eksperimen, dengan rancangan penelitian One Group Pre test-Post test design. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Analisa data yang digunakan dalam penelitian yaitu analisis univariat, analisis bivariat dengan uji statistik uji Wilcoxon.

HASIL

Tabel 1.
Karakteristik responden berdasarkan umur

Variabel	f	%
Umur		
14 tahun	13	25
15 tahun	36	68
16 tahun	4	8
Jumlah	53	100

Berdasarkan tabel 1 jumlah responden sebanyak 53 orang siswa. Mayoritas responden berusia 15 tahun sebesar 68%, responden yang berusia 14 tahun sebesar 25% dan responden yang berusia 16 tahun sebesar 8%.

Tabel 2.
Perbandingan tingkat pengetahuan (*pre-post*)

Variabel	Mean	N	Std. Deviation
Pre test	64.7792	53	17.99226
Post test	72.2009	53	17.08403

Berdasarkan tabel 2 ditemukan rata-rata skor pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan di angka 64,7792 standar deviasi 17,99226 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan diangka 72,2009 dengan standar deviasi 17,08403 dari 53 responden yang diberikan penyuluhan kesehatan. Artinya terdapat peningkatan rerata skor pengetahuan sebesar 7,4217.

Tabel 3.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja tentang anemia	
Variabel	Post tes – Pre Test
Z	-2.227 ^b
Asymp. Sig. (2 – tailed)	.026

Berdasarkan tabel 3 didapat dengan nilai p value = 0,026 < 0,05 dengan demikian Ha diterima yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia di SMP Negeri 1 Wado tahun 2024.

PEMBAHASAN

Umur

Hasil dari penelitian ditemukan jumlah responden sebanyak 53 orang siswa. Mayoritas responden berusia 15 tahun sebesar 68%. Remaja dalam bahasa latinnya adolescence yang memiliki arti “tumbuh” atau bisa diartikan sebagai masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa. Dalam masa ini terjadi banyak perubahan besar dan essential, baik dalam segi hormonal, fisik dan psikologis atau sosial secara teratur, terutama seksual. Menurut World Health Organization (WHO) remaja merupakan penduduk yang berusia 10-19 tahun. Dalam Permenkes RI nomor 25 tahun 2014 yang termasuk dalam kategori remaja adalah penduduk yang berusia 10-18 tahun. Sedangkan menurut Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) yang dimaksud dengan remaja adalah penduduk yang berusia 10-24 tahun dan belum menikah (Rofiah et al., 2021). Risiko anemia pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk gizi, fisiologi, sosial ekonomi, dan faktor lainnya. Peningkatan kesadaran, edukasi, dan intervensi yang tepat diperlukan untuk mencegah dan mengatasi masalah anemia pada remaja (Kemenkes RI, 2023).

Pengetahuan remaja

Berdasarkan penelitian ditemukan rata-rata skor pengetahuan responden mengalami peningkatan pengetahuan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fayasari et al., 2022) tentang pencegahan anemia pada remaja di SMK Negeri Bojonggede dengan hasil rata-rata mengalami peningkatan. Pengetahuan adalah pemahaman atau informasi tentang sesuatu yang diperoleh oleh seseorang melalui pengalaman dan pembelajaran yang mereka ketahui, baik oleh individu atau masyarakat umumnya (Swarjana, 2021). Menurut Nursalam dalam (Chusniah Rachmawati, 2019). Pengetahuan adalah hasil dari proses "mengetahui," yang diperoleh setelah individu melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Proses penginderaan ini dilakukan melalui panca indra manusia. Domain pengetahuan atau kognitif sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Perilaku yang didasarkan pada pengetahuan cenderung lebih bertahan lama dibandingkan dengan perilaku yang tidak memiliki dasar pengetahuan.

Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia

Berdasarkan penelitian terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia di SMP Negeri 1 Wado tahun 2024. Ini sejalan dengan penelitian (Efri Susanti Mesi et al., 2024) yang berjudul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri di SMA Kesatrian 2 Semarang terdapat peningkatan pengetahuan siswa setelah diberi pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah penerapan konsep pendidikan di bidang kesehatan. Ini adalah praktik pendidikan. Konsep dasar pendidikan adalah proses belajar, yang berarti bahwa pendidikan menyebabkan individu, kelompok, atau masyarakat menjadi lebih baik, lebih

dewasa, atau mengalami perubahan. Dengan asumsi bahwa manusia sebagai makhluk sosial dalam kehidupannya selalu memerlukan bantuan orang lain yang memiliki kelebihan, seperti orang dewasa, pandai, mampu, dan tahu. Terlepas dari kegiatan belajar, seorang individu, kelompok, atau masyarakat tidak berpengaruh dalam mencapai tujuan tersebut. Belajar adalah perubahan dalam diri seseorang dari tidak tahu menjadi tahu atau dari tidak dapat mengerjakan sesuatu menjadi dapat mengerjakan sesuatu (Cholifah et al., 2020).

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian mengenai pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia di SMP Negeri 1 Wado Tahun 2024, dapat ditarik kesimpulan ; karakteristik responden mayoritas remaja berusia 15 tahun dengan presentase sebesar 68%, adanya peningkatan terhadap rata-rata skor sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 7,4217 dan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia di SMP Negeri 1 Wado tahun 2024. Hasil dari uji statistik Wilcoxon diperoleh Hasil dari penelitian didapatkan nilai p value = $0,026 < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Adilla, A. F. (2021). Pengaruh Penyuluhan kesehatan tentang Anemia dengan Media Booklet Terhadap pengetahuan, Sikap Dan Tindakan pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 20 Kota Bengkulu Tahun 2021. Politekkes Kementerian Kesehatan RI Bengkulu, 1–89. [http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/842/1/SKIRPSI_ANNISA_FITRI_ADILLA_\(RIVISIAN\)\(1\).pdf](http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/842/1/SKIRPSI_ANNISA_FITRI_ADILLA_(RIVISIAN)(1).pdf)
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i2.246>
- Chaparro, C. M., Suchdev, P. S., & Nutrition, I. (2019). *HHS Public Access*. 1450(1), 15–31. <https://doi.org/10.1111/nyas.14092.Anemia>
- Cholifah, C., Nisak, U. K., & PK, A. (2020). *Buku Ajar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. FiKes Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, August, 138. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7275382>
- Chusniah Rachmawati, W. (2019). *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. In Wineka Media.
- Efri Susanti Mesi, Mudy Oktiningrum, & Nella Vallen. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri di SMA Kesatrian 2 Semarang. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(1), 246–253. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v3i1.2772>
- Fayasari, A., Khasanah, T. A., & Agestika, L. (2022). Pencegahan Anemia pada Remaja di SMK Negeri Bojonggede. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(2), 225. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i2.315>
- Kemendes RI. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri*. In *IEEE Sensors Journal* (Vol. 5, Issue 4). <http://dx.doi.org/10.1016/j.snb.2010.05.051>
- Riskesdas. (2019). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. In Lembaga Penerbit Balitbangkes (p. hal 156).
- Rofiah, S., Widiatiningih, S., Sukini, T., Ayuningtias, & Hidayah, F. (2021). *Remaja Sehat Bebas Anemia* (pp. 1–2). Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang.

- Swarjana, I. K. (n.d.). Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan – Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner.
- Wandasari, D. Y. (2022). Faktor Faktor yang Memengaruhi Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Wonosalam 1. Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents, 12–26.
- WHO. (2021). WHO Global Anaemia estimates. Anaemia in Women and Children. https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children