

LITERATUR REVIEW : FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU BERESIKO ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Siti Zamilatul Kamilah
Sitizamilatulkamilah01@gmail.com

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Respati

A. ABSTRAK

Anemia merupakan dampak masalah gizi pada remaja putri. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 prevalensi anemia di Indonesia sebesar 21,7 %. Prevalensi anemia pada wanita di Indonesia sebesar 23,9%, sedangkan prevalensi anemia pada wanita umur 5 – 14 tahun sebesar 26,4 % dan umur 15 – 25 tahun sebesar 18,4 %. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja putri. Metodologi penelitian ini merupakan penelitian sekunder dengan desain Literature Review, dengan melakukan pencarian di google scholar melalui tahapan pemilihan sesuai kriteria inklusi. Hasil penelitian dari hasil pencarian terdapat 7 jurnal factor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja mencakup tiga factor yaitu predisposing factor yang mencakup pengetahuan, sikap, pendidikan, dan pendapatan. Faktor pendukung atau enabling factor yang mencakup Media informasi, sarana prasarana. Serta reinforcing factor mencakup peran orangtua dan peran guru. Kesimpulan ; factor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja mencakup pengetahuan, sikap, pendidikan, dan pendapatan, Media informasi, sarana prasarana. Serta peran orangtua dan peran guru.

Kata Kunci : Perilaku pencegahan anemia, remaja, pengetahuan, sikap, pendidikan, dan pendapatan, Media informasi, sarana prasarana. Serta peran orangtua dan peran guru.

B. LATAR BELAKANG

Anemia merupakan masalah gizi di dunia, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Kasus anemia di Indonesia sebagian besar disebabkan oleh kekurangan Fe sehingga disebut juga anemia defisiensi besi. Anemia defisiensi besi adalah anemia yang timbul akibat berkurangnya penyediaan besi untuk eritropoesis, karena cadangan besi kosong yang pada akhirnya mengakibatkan pembentukan hemoglobin berkurang. (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Prevalensi anemia bisa bervariasi berdasarkan usia, jenis kelamin dan kondisi fisiologis, patologis, lingkungan sosial dan ekonomi, kebiasaan sarapan, demografi, Indeks Massa Tubuh (IMT), serta tahap kehidupan Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang berisiko menderita anemia. Pada remaja putri dan Wanita Usia Subur (WUS) anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat bila prevalensinya > 20% (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Hasil Sensus Penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa 63,4 juta dari jumlah penduduk Indonesia adalah remaja yang terdiri dari remaja putri sebanyak 31,2 juta jiwa (49,30%). Menurut WHO (2013), prevalensi anemia di dunia berkisar antara 40-88% dengan angka kejadian anemia pada remaja putri terutama di negara-negara berkembang mencapai 53,7%.

Menurut Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 2012, prevalensi anemia di Indonesia pada remaja putri sebesar 57,1%, mengalami peningkatan dari tahun 2008 yang berkisar pada angka 26.5% . Hal ini menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri mengalami kenaikan dan menjadi salah satu masalah kesehatan di Indonesia.

Dampak anemia pada remaja putri dan status gizi yang buruk memberikan kontribusi negatif bila hamil pada usia remaja ataupun saat dewasa yang dapat menyebabkan kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah, kesakitan bahkan kematian pada ibu dan bayi. Selain itu, anemia juga mempunyai dampak negatif terhadap perkembangan fisik dan kognitif remaja (WHO, 2008). Sel darah putih yang berperan sebagai komponen imunitas tubuh tidak dapat bekerja secara efektif dalam keadaan defisiensi besi. Selain itu enzim mieloperoksidase yang berperan dalam sistem kekebalan juga terganggu fungsinya bila defisiensi besi (Almatsier, 2007). Hal yang sama juga dinyatakan oleh Barasi (2009) yaitu anemia defisiensi besi dapat memengaruhi fungsi sel darah putih sehingga menurunkan kemampuannya untuk menghancurkan organisme yang menyerang.

Banyak faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia, salah satunya adalah faktor perilaku berisiko anemia. Sesuai dengan teori Green (1980) dalam Notoadmodjo (2007) menyatakan bahwa perilaku kesehatan seseorang atau masyarakat dipengaruhi oleh 3 faktor yaitu faktor-faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, kepercayaan, tingkat sosial ekonomi, keyakinan, nilai-nilai, dan sebagainya), faktor-faktor pemungkin atau enabling factor (lingkungan fisik tersedia atau tidaknya fasilitas-fasilitas atau sarana-sarana kesehatan), dan faktor-faktor penguat atau reinforcing factor (sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas yang lain, yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan literature review terhadap beberapa hasil penelitian dengan topic faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja putri .

C. METODE PENELITIAN

a. Desain Penelitian

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian sekunder berjenis *literature review*. *Literatur Review* merupakan serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan daftar pustaka, membaca dan mencatat, serta mengolah bahan penelitian (Nursalam, 2016).

Penelitian ini merupakan literature review dari hasil penelitian di beberapa daerah di Indonesia terkait dengan Faktor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja putri. Sumber pencarian jurnal melalui *google scholar* dalam kurun tahun 2017 sampai 2019 dan hasil penelitian yang terpilih meliputi 15 jurnal penelitian yang diambil 10 jurnal yang berbeda.

b. Tahapan Dan Teknik Penelitian

1. Kriteria Kelayakan

Penelitian ini merupakan Literatur Review dari hasil penelitian di beberapa daerah di Indonesia terkait dengan faktor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja putri.

Kriteria inklusi yang ditetapkan :

- a. Kriteria sampel adalah remaja putri berusia 10-20 tahun
- b. Artikel penelitian, bukan hasil literature review
- c. Tahun pelaksanaan penelitian tahun 2016-2019

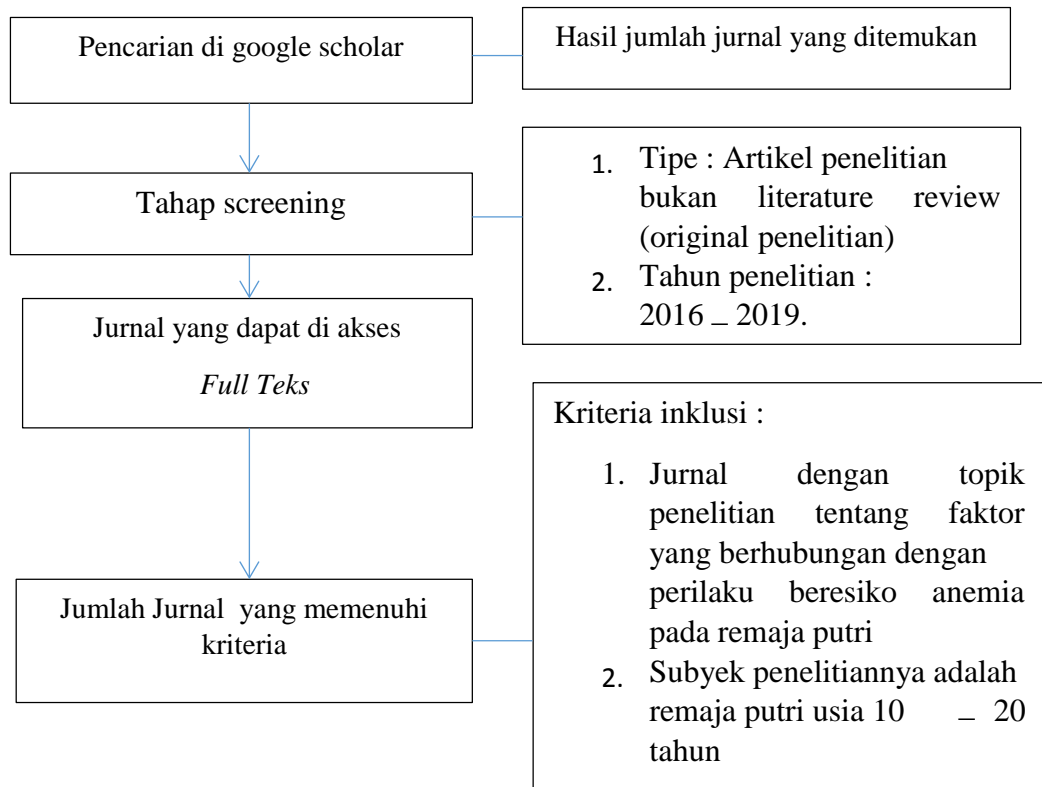
2. Sumber Informasi

Sumber informasi yang digunakan dalam pencarian menggunakan kata kunci : factor-faktor yang berhubungan perilaku beresiko anemia pada remaja. Tanggal pencarian terakhir 7 Mei 2010. Sumber informasi ini ditemukan dalam bentuk artikel penelitian yang ada pada jurnal.

3. Pemilihan Literatur

Hasil penelitian yang telah memenuhi kriteria yang ditetapkan, kemudian diidentifikasi, menilai, dan menginterpretasi seluruh temuan-temuan pada suatu topik penelitian, untuk menjawab pertanyaan penelitian (research question) yang telah ditetapkan sebelumnya.

Tahapan pemilahan literatur review adalah sebagai berikut :



Gambar 2. Tahapan pemilihan literature

D. HASIL PENELITIAN

Nama Peneliti	Tahun Publikasi	lokasi	Judul	Tujuan	Metode	Hasil
Nurbaiti	2018	SMA Negeri 4 Jambi	Factor-faktor yang berhubungan dengan dengan pencegahan anemia pada remaja putri	mengetahui hubungan pengetahuan, peran keluarga, peran petugas kesehatan dan media informasi dengan pencegahan anemia dan dapat digunakan sebagai informasi di SMAN 4 Kota Jambi	Penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif dan dengan teknik proporsional random sampling.	Berdasarkan Hasil analisis bivarian, ditemukan bahwa ada 4 variabel independen yang berhubungan dengan pencegahan anemia pada remaja putri, yaitu pengetahuan (p-Value = 0,004), peran keluarga (p-Value=0,021), informasi media (p-Value 0,000).

Dhenok Citra Panyuluh, Priyadi Nugraha P, Emmy Riyanti	2016	Pondok pesantren Darul Ulum Kab. Kendal	Factor-faktor yang berhubungan dengan perilaku penyebab anemia pada santriwati pondok pst Darul ulum kabupaten Kendal	Untuk menganalisis social-faktor terkait dengan perilaku yang menyebabkan anemia pada siswa perempuan di Pondok Pesantren Darul Ulum Kabupaten Kendal.	Deskriptif dengan metode pendekatan kuantitatif	Ada hubungan antara sikap dan perilaku guru dengan perilaku yang menyebabkan anemia ($p = 0,036$). Disarankan bahwa harus ada pendidikan kepada guru tentang program pendidikan kesehatan di sekolah asrama.
Sri Mularsih	2017	SMK Nusa Bhakti Kota Semarang	Hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia pada saat menstruasi di SMK Nusa Bhakti Kota Semarang	Untuk mengetahui pengetahuan yang rendah tentang anemia.	Penelitian kolerasi, menggunakan rancangan penelitian cross sectional	Hasil penelitian mendapatkan nilai $P = 0,000$, dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan perilaku pencegahan pada saat menstruasi di SMK Nusa Bhakti Semarang.
Nanik Dewi Setyowati, Emmy Riyanti, Ratih Indraswari	2017	Wilayah kerja puskesmas ngemplak simongan	Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan remaja putri pencegahan anemia di Wilayah kerja puskesmas ngemplak simongan	mengetahui Factor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan dalam mencegah anemia	analisis deskriptif dengan pendekatan cross sectional	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pendidikan rendah (51,9%), pendapatan keluarga rendah (57,7%), pengetahuan buruk (59,6%)
Desy indah	2018	Pondok Pesantren	Analisis faktor yang berhubungan	Menjelaskan faktor-faktor yang berhubungan	Pendekatan Cross sectional	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang

noor lestari		ren wilayah kanupaten tuban	dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri	dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren wilayah Kabupaten Tuban		signifikan terhadap pengetahuan ($r = 0,318$), sikap ($r = 0,232$), dukungan teman sebaya ($r = 0,203$), fasilitas kesehatan ($r = 0,260$), dan ukuran yang terkait dengan kesehatan ($0,227$).
Pitoyo Mumpuni, Dkk	2019	SDN Cinderejo Surakarta	Gambaran perilaku orangtua dalam upaya pencegahan anemia pada anak sekolah dasar di SDN Cinderejo kota Surakarta	Untuk mengetahui factor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan pada mencegah anemia	Penelitian deskriptif	Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pendidikan rendah (57,7%), pengetahuan buruk (59,6%).
Nur Aini Rusidah	2012	SMA Islam 1 Gamping Yogyakarta	Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri kelas X Di SMA Islam 1 Gamping Yogyakarta	Untuk mengetahui tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan pada anemia	Metode deskriptif analitik dengan pendekatan Cross Sectional	Dari hasil uji analisis Kendal Tau diperoleh nilai Z hitung sebesar 0,495 dengan sig (Pvalue) sebesar 0,000. Karena nilai probabilitas $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia SMA 1 Islam Gamping

E. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh didapatkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja mencakup tiga factor sesuai dengan teori Lawrence Green yaitu factor predisposisi atau predisposing factor yang merupakan factor yang mempermudah dan mendasari terjadinya perilaku tertentu (pengetahuan, sikap, pendidikan, dan pendapatan keluarga), factor pendukung atau enabling factor adalah factor memungkinkan terjadinya perilaku tertentu (Media informasi, sarana prasarana pelayanan kesehatan), dan factor penguat atau reinforcing factor adalah factor yang memperkuat terjadinya perilaku tertentu (peran orangtua dan peran guru).

Berdasarkan hal tersebut, penulis akan melakukan pembahasan hasil penelitian berdasarkan teori serta tinjauan pustaka lainnya diantaranya :

A. Faktor predisposisi (predisposing factor)

1. Pengetahuan dan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri

Berdasarkan literature review yang dilakukan oleh peneliti dari 7 jurnal yang diteliti terdapat 5 jurnal yang menyebutkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja adalah pengetahuan.

Hal ini tertera pada penelitian Sri Mularsih di SMK Nusa

Bhakti Kota Semarang pada tahun 2017 dengan hasil penelitian mendapatkan nilai $P = 0,000$, dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan perilaku pencegahan pada saat menstruasi di SMK Nusa Bhakti Semarang.

Hasil penelitian kedua yang dilakukan oleh Nur Aini Rusidah di SMA Islam 1 Gamping Yogyakarta pada tahun 2012 dengan hasil penelitian kelas X di SMA Islam 1 Gamping, diperoleh nilai Kendall Tau sebesar 0,495 dengan sig (Pvalue) sebesar 0,000. Karena nilai probabilitas $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia SMA 1 Islam Gamping. Hasil nilai korelasi Kendall Tau sebesar 0,495 berada pada $0,400 - 0,599$ maka dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang terjadi adalah hubungan yang sedang. Selain itu, karena angka koefisiensi korelasi (0,495) bertanda positif, maka hubungan antara kedua variable tersebut searah, artinya semakin baik tingkat pengetahuan tentang anemia maka semakin baik juga perilaku pencegahan pada

siswa di SMA Islam 1 Gamping.

Hasil penelitan ketiga yang dilakukan oleh Desy Indah Nur Lestari di pondok pesantren wilayah Jenu kabupaten Tuban pada tahun 2018 dengan hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan hubungan pengetahuan ($r=0,318$).

Hasil penelitian keempat yang dilakukan oleh Nanik Dewi Setyowati di wilayah kerja Puskesmas Ngemplak Simongan pada tahun 2017 dengan hasil penelitian menunjukan hubungan antara pengetahuan ($p=0,0016$) dengan perilaku makan pada mencegah anemia. Hasil uji statistic dengan *chi-square* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,016 yang berarti ada hubungan dengan perilaku makan dalam mencegah anemia.

Hasil penelitian penelitian kelima yang dilakukan oleh Nurbaiti pada tahun 2019 di SMA Negeri 4 kota Jambi dengan hasil penelitian menunjukan hasil analisis bivariate didapatkan bahwa terdapat variable bebas yang berhubungan dengan pencegahan penyakit anemia pada remaja yaitu pengetahuan ($p\text{-Value}=0,004$). Hasil uji statistic diperoleh $p=0,002$ karena $p\text{ value} =0,002 < @$

0,05 maka dapat disimpulkan bahwa secara statistic alpa 5% ada hubungan signifikan antara pengetahuan dengan pencegahan anemia di SMA 4 kota Jambi tahun 2018.

Kelima jurnal tersebut menyatakan bahwa pengetahuan memiliki peran dalam pelaksanaan pencegahan resiko anemia pada anak sekolah, hal ini sesuai dengan teori Nottoatmodjo dimana pengetahuan atau kognitif 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 (Soekidjo Notoatmodjo, 2003:121)

Melalui pengetahuan diharapkan terjadi proses adopsi perilaku (Rogers, 1974 dalam Bastable, 2002, Notoatmodjo, 2007). Menurut Green (1980, dalam Green dan Kreuter, 2000) bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi yang penting. Dalam pencegahan anemia pada remaja pengetahuan dapat dijadikan dasar penting pembentukan perilaku pencegahan, hal ini dikarenakan perilaku pencegahan anemia akan terbentuk apabila ditunjang

oleh pengetahuan yang cukup tentang upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menstimulasi atau merangsang terhadap terwujudnya sebuah perilaku kesehatan. Apabila remaja mengetahui dan memahami akibat anemia dan cara mencegah anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik dengan harapan dapat terhindar dari berbagai akibat atau risiko dari terjadinya anemia. Perilaku kesehatan yang demikian berpengaruh terhadap penurunan kejadian anemia pada remaja (Lindung, 2013).

Pengetahuan gizi berperan dalam memberikan cara memilih pangan dengan baik sehingga dapat mencapai keadaan gizi yang cukup. Tingkat pengetahuan yang menentukan perilaku konsumsi pangan salah satunya didapat melalui jalur pendidikan gizi yang umumnya dipandang lebih baik diberikan sedini mungkin untuk menambah pengetahuan dan memperbaiki kebiasaan konsumsi pangan (Imran, 2015). Penelitian yang dilakukan di Makasar oleh Syatriani dan Aryani (2010), menyatakan bahwa ada hubungan yang bersifat positif antara pengetahuan anemia. Pengetahuan gizi remaja merupakan kemampuan

untuk menerapkan informasi tentang kebutuhan pangan dan nilai pangan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan yang kurang menyebabkan bahan makanan bergizi yang tersedia tidak dikonsumsi secara optimal (Khomsan dan Anwar, 2009).

Pengetahuan yang kurang tentang anemia mempunyai pengaruh terhadap perilaku kesehatan pada remaja, Pengetahuan yang kurang akan berakibat pada kurang optimalnya perilaku kesehatan remaja untuk mencegah terjadinya anemia. Remaja yang mempunyai pengetahuan kurang tentang anemia dapat berakibat pada kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi (Purbadewi, 2013). Faktor lain yang berpengaruh terhadap kejadian anemia adalah pengetahuan. Pengetahuan gizi remaja merupakan kemampuan untuk menerapkan informasi tentang kebutuhan pangan dan nilai pangan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan yang kurang menyebabkan bahan makanan bergizi yang tersedia tidak dikonsumsi secara optimal (Anwar, 2009)

Untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang perilaku pencegahan anemia,

maka peneliti merekomendasikan adanya kerjasama antara sekolah dan pihak pelayanan kesehatan untuk membuat program pencegahan anemia melalui edukasi kesehatan. Petugas kesehatan memberikan materi tentang perilaku pencegahan anemia melalui pemberian pemahaman tentang nutrisi yang dapat mencegah anemia pada remaja, pentingnya konsumsi tablet Fe serta pemahaman tentang hal hal yang mengganggu proses penyerapan zat besi seperti mengkonsumsi kopi atau minuman yang mengandung kafein serta penyakit infeksi

2. Sikap dan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri

Berdasarkan literature review yang dilakukan oleh peneliti dari 7 jurnal yang diteliti terdapat 2 jurnal yang menyebutkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja adalah sikap.

Hasil penelitian pertama yang dilakukan oleh Dhenok Citra Penyuluh di pondok pesantren Darul Ulum kabupaten Kendal pada tahun 2018 dengan hasil menunjukkan sebagian besar responden memiliki perilaku baik (70%), sebagian besar responden bersikap mendukung pencegahan anemia (52,5%),

Ada korelasi antara sikap dan perilaku guru dengan perilaku yang menyebabkan anemia ($p = 0,036$). Disarankan agar ada pendidikan kepada guru tentang kesehatan program pendidikan di pesantren.

Hasil penelitian kedua yang dilakukan oleh Desi Indah Nur Lestrai di pondok pesantren wilayah Jenu kabupaten Tuban pada tahun 2018 dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan hubungan dengan sikap ($r=0,232$). Sikap diukur dengan menggunakan kuesioner yang diambil dari kuesioner penelitian Farida (2007). Pertanyaan dalam kuesioner ini berjumlah 16 pertanyaan dengan menggunakan skala likert yang sudah dinyatakan valid dan reliable. Skor sikap ditentukan berdasarkan skala likert dengan skor sebagai berikut skor 5 untuk jawaban sangat setuju, 4 untuk skor setuju, 3 untuk jawaban ragu-ragu, skor 2 untuk jawaban tidak setuju, skor 1 untuk jawaban sangat tidak setuju dan 0 untuk skor jawaban tidak menjawab. Interpretasi hasil yang diperoleh adalah skor sikap positif $\geq 62,5\%$ dan skor sikap negatif $< 62,5\%$. Semakin tinggi skor sikap yang diperoleh maka semakin positif sikap subyek terhadap pencegahan anemia dan semakin rendah skor yang diperoleh dari sikap ini maka semakin negatif pula sikap

subyek terhadap pencegahan anemia

Sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dengan kata lain sikap merupakan tindakan tetapi merupakan predisposisi perilaku atau reaksi tertutup. Sikap terhadap kesehatan adalah penilaian seseorang terhadap hal-hal yang terkait dengan pemeliharaan kesehatan misalnya sikap terhadap perilaku pencegahan anemia pada remaja putri (Notoatmodjo, 2010).

Penting menanamkan sikap positif bagi remaja, akan tetapi teori menyatakan bahwa pengetahuan yang baik akan mendorong seseorang untuk menampilkan sikap yang sesuai dengan pengetahuannya yang telah didapatkan. Berdasarkan teori yang ada mengemukakan bahwa pengetahuan dapat mempengaruhi sikap seseorang, dengan pengetahuan yang baik maka akan terwujud sikap yang baik pula, maka apabila pengetahuan yang kurang baik akan terwujud sikap yang kurang baik pula. (Nottoatmodjo 2012).

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 di yakini. Sikap

belum merupakan tindakan atau praktik yang dapat secara langsung dapat meningkatkan kadar hemoglobin, sikap merupakan faktor yang mempermudah terbentuknya perilaku upaya pencegahan anemia (Putri, 2018).

Sikap merupakan reaksi, respon atau suatu tingkatan afeksi baik yang bersifat positif maupun negatif. Sikap juga dapat diartikan sebagai kecenderungan yang relatif stabil, dimiliki seseorang dalam bereaksi (baik reaksi positif maupun negatif) terhadap dirinya sendiri, orang lain, situasi atau kondisi sekitarnya (Saifudin, 2014).

Sikap merupakan suatu pandangan berbeda dengan suatu pengetahuan yang dimiliki orang. Pengetahuan terhadap anemia defisiensi. Pengetahuan saja belum menjadi penggerak, seperti halnya pada sikap. Pengetahuan mengenai suatu obyek baru menjadi sikap apabila pengetahuan itu disertai kesediaan untuk bertindak sesuai dengan pengetahuan terhadap obyek itu, Pengetahuan yang baik akan mendorong seseorang untuk menampilkan sikap yang sesuai dengan pengetahuannya yang telah didapatkan.

Berdasarkan teori yang ada bahwa pengetahuan dapat memengaruhi sikap seseorang, dengan pengetahuan yang baik maka akan terwujud sikap yang

baik pula, demikian sebaliknya (Sihotang, 2012)

Sikap yang mendukung terhadap pencegahan anemia gizi akan mempengaruhi seseorang untuk mencegah dan menanggulangi anemia. Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap manusia menurut Azwar (2011) adalah pengalaman pribadi, pengaruh oranglain yang dianggap penting, dan media masa. Sikap dapat menimbulkan pola berpikir tertentu dalam masyarakat dan pola berfikir yang demikian akan berpengaruh pada tindakan dan perilaku masyarakat, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam hal pengambilan keputusan (Maulana, 2009)

Hubungan sikap pencegahan anemia dengan kadar Hb, karena sikap bukan merupakan faktor langsung terhadap kadar hemoglobin. 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 di yakini. Sikap belum merupakan tindakan atau praktik yang dapat secara langsung dapat meningkatkan kadar hemoglobin, sikap merupakan faktor yang mempermudah terbentuknya

perilaku upaya pencegahan anemia (Maulana, 2009). Selain itu, sikap tidak mendukung bisa disebabkan juga karena tingkat pengetahuan yang kurang (Haryanda, 2018) Rekomendasi peneliti, agar memudahkan untuk menanamkan sikap positif remaja dalam perilaku pencegahan anemia dapat dilakukan dengan memberikan edikasi kesehatan sehingga menambah pengetahuan remaja tentang pencegahan anemia. Setelah pengetahuan remaja meningkat maka akan tertanam sikap positif tentang pencegahan anemia sehingga siswa dapat merealisasikan dalam bentuk perilaku pencegahan seperti meyakini bahwa sayuran merupakan makanan yang mengandung zat besi, meyakini bahwa gangguan penyerapan zat besi bisa terjadi bila kita mengkonsumsi air dan minuman yang mengandung kafein.

3. Pendidikan dan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja

Berdasarkan literature review yang dilakukan oleh penelitian dari 7 jurnal yang diteliti terdapat 1 jurnal yang menyebutkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja adalah pendidikan. Hal ini tertera pada penelitian Nanik Dewi

Setyowati DKK pada tahun 2017 dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pendidikan dengan perilaku makan dalam mencegah anemia ($p=0,026$).

Hal ini juga sesuai dengan pendapat Notoatmojo (2010) bahwa semakin tinggi pendidikan maka ia akan mudah menerima hal-hal baru dan mudah menyesuaikan dengan hal yang baru tersebut. Secara teori, pendidikan merupakan factor yang sangat penting. Tingkat pendidikan secara langsung maupun tidak langsung dapat menentukan pengetahuan dan keterampilan dalam menentukan perilaku pencegahan anemia dalam menyiapkan menu makan yang dapat mencegah anemia yang selanjutnya akan berpengaruh terhadap status kesehatan (Farida, 2007).

Hal ini sejalan dengan penelitian Permaesih dan Herman (2005) yang menyatakan bahwa pendidikan sangat mempengaruhi bagaimana seorang berfikir dan bertindak atas pengetahuan yang diperoleh selama menempuh pendidikan. Pendidikan tersebut dapat mempengaruhi status anemia seseorang sehubungan dengan pemilihan makan yang akan dikonsumsi oleh seseorang yang selanjutnya berpengaruh terhadap status anemia. Keluarga dengan tingkat

pendidikan yang tinggi akan lebih mudah menerima informasi kesehatan khususnya bidang gizi, sehingga dapat menambah pengetahuan dan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari (Gunatmaningsih, 2007).

Pendidikan sangat mempengaruhi bagaimana seseorang untuk bertindak dan mencari penyebab serta solusi dalam hidupnya. Orang yang berpendidikan tinggi biasanya akan bertindak lebih rasional. Oleh karena itu orang yang berpendidikan akan lebih mudah menerima gagasan baru. Demikian halnya dengan remaja yang berpendidikan tinggi maka akan mudah menerima informasi kesehatan seperti pencegahan anemia.

Tingkat rendahnya pendidikan erat kaitannya dengan tingkat pengertian tentang zat besi (Fe) serta kesadarannya terhadap konsumsi tablet (Fe) untuk remaja. Tingkat pendidikan yang rendah akan mempengaruhi penerimaan informasi sehingga pengetahuan tentang zat besi (Fe) menjadi terbatas dan berdampak pada terjadinya defisiensi besi. (Elisabeth, 2013)

4. Pendapat dan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja

Berdasarkan literature review yang dilakukan oleh

penelitian dari 7 jurnal yang diteliti terdapat 1 jurnal yang menyebutkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja adalah pendapatan orang tua. Hal ini tertera pada penelitian Nanik Dewi Setyowati DKK pada tahun 2017 dengan hasil penelitian Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku kurang dalam pencegahan anemia adalah remaja dengan pendapatan keluarga rendah (57,7%), Tingkat ekonomi (pendapatan) keluarga yang rendah akan mempengaruhi pola dan jenis makanan keluarga tersebut, di mana sebagian besar keluarga yang memiliki tingkat ekonomi (pendapatan) yang rendah lebih memilih jenis makanan yang berorientasi pada karbohidrat dibandingkan protein, vitamin dan mineral. Hal ini dikarenakan makanan yang mengandung karbohidrat lebih murah dibandingkan yang lain. Hasil penelitian sejalan dengan hasil penelitian sondey, dkk (2016) yang menyatakan terdapat hubungan antara anemia dengan pendapatan keluarga.

Pengujian hipotesis dengan uji chi-square diperoleh nilai p-value sebesar 0,049 yang berarti ada hubungan antara pendapatan keluarga dengan perilaku makan remaja putri dalam pencegahan anemia

dimana responden dengan pendapatan rendah cenderung menerapkan perilaku makan yang buruk dalam mencegah anemia. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahayu dan Fillah (2012) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif ($p=0,000$) antara pendapatan keluarga dengan pemenuhan asupan zat besi keluarga dimana pendapatan berhubungan langsung dengan daya beli suatu masyarakat.

Sehingga peneliti dapat berasumsi pendapatan keluarga dapat mempengaruhi perilaku pencegahan anemia pada remaja dikarenakan untuk memenuhi kebutuhan gizi, mencegah penyakit infeksi sebagai penyerta faktor yang mengganggu penyerapan zat besi membutuhkan materi untuk mewujudkannya. Salah satunya melalui upaya perbaikan gizi keluarga dengan memanfaatkan lahan pekarangan rumah sebagai sumber gizi keluarga serta penanaman pola hidup bersih dan sehat dalam keluarga.

B. Factor pendukung (enabling factor)

1. Sarana kesehatan

Berdasarkan literature review yang dilakukan oleh peneliti dari 7 jurnal yang diteliti terdapat 1 jurnal yang menyebutkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja adalah ketersediaan sarana pelayanan

kesehatan. Hal ini tertera pada penelitian Desy Indah Noor Lestari di Pondok pesantren wilayah kabupaten tuban pada tahun 2018 dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan terhadap fasilitas kesehatan dengan perilaku pencegahan anemia remaja .

Penelitian ini sejalan dengan pendapat Azwar (1999) dalam Azwary (2013) dimana seharusnya pelayanan kesehatan seperti Puskesmas tentang persyaratan pokok yang memberi pengaruh kepada masyarakat dalam menentukan pilihannya terhadap penggunaan jasa pelayanan kesehatan seperti ketersediaan dan kesinambungan pelayanan, kewajaran dan penerimaan masyarakat, mudah dicapai oleh masyarakat, terjangkau dan mutu.

Ketersediaan pelayanan kesehatan dalam kaitannya dengan perilaku pencegahan anemia adalah lebih kepada akses pelayanan kesehatan seperti adanya ruang konsultasi gizi, ada program promosi kesehatan yang bekerja sama dengan pihak sekolah untuk melakukan pemberian informasi tentang resiko anemia pada remaja serta upaya pencegahannya serta program gizi lainnya seperti pemberian tablet penambah darah.

Untuk itu, pelayanan kesehatan siswa yang dilakukan melalui peran UKS adalah suatu bentuk upaya dalam pencegahan, peningkatan derajat kesehatan, pengobatan serta pemulihan yang dilakukan pada siswa di sekolah yang pelaksanaannya melibatkan guru dan petugas kesehatan. Program UKS ini perlu ditingkatkan agar dapat memfasilitasi perilaku hidup bersih dan sehat siswa disekolah termasuk upaya pencegahan resiko anemia pada remaja

1. Media informasi.

Berdasarkan literatur review yang dilakukan oleh peneliti dari 7 jurnal yang diteliti terdapat 1 jurnal yang menyebutkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja adalah media informasi. Hal ini tertera pada penelitian Nurbaiti di SMA Negeri 4 Kota Jambi pada tahun 2014 dengan hasil bahwa yang berhubungan dengan pencegahan anemia pada remaja putri, yaitu informasi media (p-Value 0,000). Hasil analisis hubungan antara media informasi dengan pencegahan anemia dari 50 responden yang tidak ada media informasi sebanyak 9 orang (18,0%) yang melakukan pencegahan anemia. Dari hasil uji statistik yang diperoleh $p=0,000$, karena $p \text{ value} = 0,000 < @ 0,05$ maka dapat disimpulkan

bahwa secara statistic pada alpa 5% ada hubungan yang signifikan antara media informasi dengan pencegahan anemia di SMA 4 Kota Jambi.

Menurut penelitian Arwin (2017) menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian informasi berupa poster tentang pencegahan anemia dengan perubahan perilaku pencegahan anemia. Hal ini sesuai dengan teori Menurut Notoatmodjo (2010) menyatakan bahwa ada atau tidak adanya informasi mengenai kesehatan atau fasilitasi kesehatan akan mempengaruhi perilaku seseorang terhadap pencegahan kesehatan. Semakin sering diberikan informasi akan terjadi perubahan perilaku yang bersifat tetap.

Media informasi memegang peran yang cukup besar dalam mengubah pengetahuan dan menanamkan sikap positif. Sehingga dibutuhkan upaya yang maksimal penyebaran informasi kesehatan tentang pencegahan resiko anemia pada remaja melalui media cetak, elektronik atau pemanfaatan media sosial.

C. Factor Pendorong

(Reinforcing factor) meliputi:

1. Peran Guru dan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja

Berdasarkan literature review yang dilakukan oleh peneliti dari 7 jurnal yang

diteliti terdapat 1 jurnal yang menyebutkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja adalah peran Guru. Hal ini tertera pada penelitian Dhenok Citra pada satriawati pondok pesantren Darul Ulum kabupaten Kendal pada tahun 2018 dengan hasil penelitian menunjukkan siswa yang memiliki sikap positif mendapat dukungan baik dari gurunya.

Anderman et al. (2009) menyatakan bahwa anak sekolah lebih dapat menerima informasi dan mengikuti contoh yang disampaikan oleh guru dibandingkan pihak lain. Hal ini karena guru dianggap sebagai tokoh penting bagi anak sekolah. Guru sebagai pendidik, diharapkan dapat memberikan pengetahuan secara langsung kepada anak didiknya terutama Remaja putri tentang pentingnya mencegah anemia sedini mungkin. Pendidikan gizi dan kesehatan di SLTP, SLTA, Madrasah Tsanawiyah, Aliyah, dan Pondok Pesantren dapat diintegrasikan pada mata pelajaran Biologi, IPA serta pendidikan jasmani dan kesehatan. Guru juga sebagai fasilitator komunika su dengan orang

tua murid agar memperhatikan status gizi kesehatan remaja putri. Sehingga untuk itu, peningkatan peran guru dengan pelatihan bagi guru tentang pencegahan anemia pada remaja sangat penting.

Peneliti merekomendasikan adanya kerja sama sektor kesehatan dan sektor pendidikan, dalam hal ini guru agar mendapatkan pelatihan tentang gizi. Selain itu penyuluhan gizi dapat disampaikan sebelum menyanyikan lagu kebangsaan di pagi hari.

1. Peran Orangtua dan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri

Berdasarkan literature review yang dilakukan oleh peneliti dari 7 jurnal yang diteliti terdapat 1 jurnal yang menyebutkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja adalah peran orangtua. Hal ini tertera pada penelitian Pitoyo Mumpuni, DKK di SDN Cicendo Kota Surakarta pada tahun 2019 dengan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan baik (77,5%). Ibu dengan pengetahuan yang baik sebagian besar mempraktikkan pencegahan anemia juga sebanyak 126 orang (89,1%). Kebanyakan ibu yang berperilaku baik melakukan

pencegahan anemia dengan baik sebanyak 126 orang (88,7%). Distribusi pengetahuan orang tua dalam upaya pencegahan anemia pada anak sekolah menunjukkan masih banyak orang tua yang kurang memahami mengenai penyebab anemia (45,77%), mengenai protein sebagai salah satu sumber zat gizi dalam pembentukan sel darah merah (47,18%) dan bahwa anemia dapat dialami semua orang, tidak hanya pada anak perempuan (51,41%).

Orangtua merupakan pendidik utama dan pertama bagi anak-anak mereka, karena dari merekalah anak mula-mula menerima pendidikan. Dengan demikian bentuk pertama dari pendidikan terdapat dalam keluarga. Pada umumnya pendidik dalam rumah tangga itu buka berpangkal tolak dari kesadaran dan pengertian yang lahir dari pengetahuan mendidik, melainkan karena kodrati suasana dan strukturnya memberikan kemungkinan alami membangun situasi pendidikan.

Bentuk dukungan orang tua dapat berupa dukungan informasi mengenai nutrisi yang mengandung zat besi, memfasilitasi remaja untuk bisa mendapatkan atau membeli tablet besi, memberi makanan yang seimbang dan dukungan penilaian seperti

memberi pujian, nasihat atau penguatan dalam mengkonsumsi tablet besi.

Menurut Kozier, seseorang yang memiliki jaringan pendukung yang adekuat seperti orang tua maka ia akan memiliki kesadaran yang kuat pula untuk menyadari bahwa dirinya sakit atau beresiko sakit sehingga ia akan menjaga kesehatannya. Kozier juga berpendapat bahwa keluarga akan menurunkan kebiasaan, gaya hidup kepada generasi selanjutnya. Mengkonsumsi tablet besi membutuhkan keyakinan normatif, yaitu keyakinan yang didukung oleh orang terdekat yang dianggap penting seperti orang tua untuk dapat melakukan perilaku tersebut. Semakin tinggi dan banyak dukungan yang orang tua berikan maka semakin tinggi keyakinan individu dan akan cenderung membentuk sikap yang positif dalam mencegah anemia pada remaja.

Untuk meningkatkan dukungan orang tua dalam pencegahan anemia, diharapkan pihak sekolah dapat melibatkan orang tua dalam program pencegahan anemia seperti memberikan informasi tentang kebutuhan gizi remaja yang dapat mencegah anemia, pentingnya menerapkan PHBS dan upaya lainnya dalam mencegah anemia pada remaja.

F. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian, maka dapat disimpulkan :

- a. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh didapatkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja mencakup tiga factor sesuai dengan teori Lawrence Green yaitu factor predisposisi atau predisposing factor yang mencakup pengetahuan, sikap, pendidikan, dan pendapatan.
- b. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh didapatkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja mencakup tiga factor sesuai dengan teori Lawrence Green yaitu factor pendukung atau enabling factor yang mencakup Media informasi, sarana prasarana.
- c. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh didapatkan bahwa factor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja mencakup tiga factor sesuai dengan teori Lawrence Green yaitu dan factor penguat atau reinforcing factor mencakup peran orangtua dan peran guru.

2. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dijabarkan diatas, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

- 1) Bagi remaja

- a. Meningkatkan pengetahuan remaja tentang perilaku pencegahan beresiko anemia, sehingga mereka mampu memahami tentang akibat, penyebab dan cara untuk mencegah timbulnya anemia melalui upaya pencarian informasi melalui menghadiri kegiatan penyuluhan kesehatan serta membaca referensi buku kesehatan.
- b. Remaja harus meningkatkan pencegahan anemia dengan membudayakan perilaku hidup sehat dan melakukan perubahan sederhana dalam pola makan yang efektif meningkatkan penyerapan zat besi.

2) Bagi sekolah

Pihak sekolah bekerja sama dengan petugas kesehatan dalam penyelenggaraan penyuluhan kesehatan, pemberian tablet Fe dan penerapan PHBS disekolah.

3) Bagi Orang tua

Orang tua senantiasa memberikan dukungan untuk mendukung perilaku pencegahan anemia melalui pemberian informasi tentang resiko anemia, menyediakan nutrisi pencegah anemia pada remaja, memastikan dan memberikan contoh perilaku hidup bersih dan sehat di rumah sebagai upaya pencegahan resiko penyakit infeksi.

4) Petugas kesehatan

Petugas kesehatan melaksanakan kegiatan penyuluhan kesehatan, pemberian Fe dan serta pemeriksaan kadar Hb dan status gizi secara berkala.

G. DAFTAR PUSTAKA

1. A. Saifah. Hubungan Peran Keluarga, Guru, Teman Sebaya, dan Media Massa dengan Perilaku Gizi Anak Usia Sekolah Dasar di Wilayah Kerja Puskesmas Mabelopura Kota Palu. Tesis pada Universitas Indonesia : tidak diterbitkan, 2011
2. Anindita, Amalia Qori, G2A014008 (2018) *Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri*. Undergraduate thesis, Universitas Muhammadiyah Semarang.
3. BPS. Sensus Penduduk Indonesia 2010. https://id.wikipedia.org/wiki/Sensus_Penduduk_Indonesia_2010. Jakarta: Badan Pusat Statistik Indonesia, 2010. diakses tanggal 30 Mei 2016.
4. Depkes RI, 2013
5. Depkes RI. Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) 2012.
6. Jakarta : Depkes RI, 2013
7. Fatmah. 2012 *Dalam Departemen Gizi (ed). Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Departemen Gizi FKM UI.
8. GUSTA, ANISA DINI, A2A215066 (2017) *FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI*. Undergraduate

- thesis, Universitas Muhammadiyah Semarang.
9. Kaimudin N. H Lestari. J Rusli. 2017 *Kejadian Anemia Pada Remaja Putri*. Vol.2/No.6/Mei 2017; ISSN 250-731X
 10. M Bambang. 2012. *Peranan Gizi siklus kehidupan*. Jakarta: Kencana
 11. Merryana. Bambang 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana
 12. MRONINGSIH, A2A215041 (2017) *KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI BERDASARKAN TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP, PERILAKU DAN KARAKTERISTIK ANAK DALAM PENCEGAHAN ANEMIA*. Undergraduate thesis, Universitas Muhammadiyah Semarang.
 13. Notoatmodjo S. R Cipta; 2010 *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta
 14. Notoatmodjo, Soekidjo. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta : Rineka Cipta, 2007.
 15. SariEdelstein JS. EGC; 2014 *Gizi dalam daur kehidupan*. Jakarta
 16. WHO. 2010 Worldwide Prevalence Of Anemia 1993-2005. WHO Global Database On Anemia
 17. Wijanarko. 2007 *Remaja dan Anemia*
 18. Dhenok Citra Penyuluh, Priyadi Nugraha P, E. R. (2018) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan Perilaku Penyebab Anemia pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Ulum Kabupaten Kendal', *jurnal kesehatan masyarakat*, 6(April), pp. 156-162. doi: ISSN:2356-3346
 19. Pitoyo, Mumpuni, 2019. "Gambaran Perilaku Orangtua dalam upaya Pencegahan Anemia pada Anak sekolah dasar di SDN Cinderejo Kota Surakarta." Skripsi. FKM. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, UNDIP, Semarang
 20. Mularsih, Sri, 2017. "Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada saat Menstruasi di SMK Nusa Bhakti Kota emarang." *Jurnal Kebidanan, Abdi Husada*, Semarang
 21. Ermita, Arumsari, 2008. "Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri Peserta Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) di Kota Bekasi." skripsi. Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Institut Pertanian, Bogor
 22. Imran Nursyahidah. (2012) 'Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia Dengan Status Hemoglobin Remaja Putri di SMA NEGERI 10 MAKKASAR.
 23. Lindung Purbadewi, K.et al.(2013) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan terhadap terwujudnya sebuah perilaku kesehatan .
 24. Proverawati, Atika. 2011. *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Nuha MedikaYogyakarta.
 25. Kusriman, E. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
 26. Sihotang, Sophie. Devita. 2012 'Pengetahuan Dan Sikap Remaja Puteri Tentang Anemia Defisiensi

Besi Di Sma Negeri 15 Medan’,

Jurnal Keperawatan Holistik

27. Putri, A.M.(2018)'Hubungan Sikap Pencegahan Anemia dan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMK N 1 Sukoharjo