

Dampak Kebijakan Sekolah terhadap Pencegahan Anemia pada Siswa dan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas X Tentang Anemia SMK Negeri 9 Kota Padang

Waldatul Hamidah^{1*}, Riska Pitriyani², Febrina³

¹⁻³Progdi D III Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Padang, Indonesia
Email : waldatulhamidah18@gmail.com, pitriyaniriska@yahoo.com, febrinaardiansyah@gmail.com

Alamat Kampus: Jl. Khatib Sulaiman No.17 Padang
Korespondensi penulis: waldatulhamidah18@gmail.com*

Abstract Based on Indonesia's 2021 health profile, the coverage of iron supplementation (IBT) for adolescent girls in Indonesia, North Maluku ranks lowest among all provinces in Indonesia, at 2.1%, and West Sumatra province, at 11.5%, ranks 29th out of 34 provinces. The province with the highest percentage of iron supplementation coverage for adolescent girls (Ministry of Health, 2021). Anemia is a common health problem among adolescent girls. Many adolescent girls still face the dangers of anemia in Padang City. There is a risk of anemia in 193 adolescent girls, according to the Padang City Health Office's screening of grade X female high school, vocational high school, and Islamic high school students in 2021. The Padang Community Health Center's work area has the highest risk of anemia in adolescent girls, namely 96 people and a percentage of 21.91%. Screening conducted at the Padang Community Health Center workplace in 2021 found that SMKN 9 Padang had the highest risk of anemia in adolescent girls with 25 confirmed cases and a percentage of 26.31%. The purpose of this study was to determine the Overview of the Level of Knowledge of Grade X Female Adolescents About Anemia at SMK N 9 Padang City in 2025. This type of research is "analytical descriptive" with a cross-sectional design. This research was conducted in February-March 2025 at SMK Negeri 9 Padang. The population of this study was all grade X students totaling 164 respondents at SMK Negeri 9 Padang. The sampling technique was simple random sampling with a sample size of 63 respondents. The results of the SPSS data processing showed that adolescents had good knowledge (9.5%), sufficient knowledge (25.4%), and insufficient knowledge (65.1%). The information sources were assessed from the internet (88.9%), books (1.6%), family (1.6%), friends (3.2%), and school (4.8%).

Keywords : Adolescent Girls, Adolescent Health, Anemia, Information Sources, Knowledge.

Abstrak. Berdasarkan profil kesehatan Indonesia tahun 2021. Cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di Indonesia Maluku Utara berada pada peringkat terendah dari seluruh provinsi di Indonesia yaitu 2,1%, provinsi Sumatera Barat yaitu: 11,5% berada pada urutan ke-29 dari 34 provinsi. Provinsi dengan persentase tertinggi cakupan pemberian TTD pada remaja putri (Kemenkes, 2021). Anemia merupakan masalah kesehatan yang sering dijumpai pada remaja putri, Remaja putri masih banyak menghadapi bahaya anemia di Kota Padang. Terdapat risiko anemia pada 193 remaja putri, menurut penjarangan Dinas Kesehatan Kota Padang pada remaja putri SMA, SMK, dan MA kelas X tahun 2021 Wilayah kerja Puskesmas Padang memiliki risiko anemia tertinggi pada remaja putri yaitu sebanyak 96 orang dan persentase sebesar 21,91%, Skrining yang dilakukan di tempat kerja Puskesmas Padang pada tahun 2021 diketahui bahwa SMKN 9 Padang memiliki risiko anemia tertinggi pada remaja putri dengan 25 kasus terkonfirmasi dan persentase sebesar 26,31% Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Dampak Kebijakan Sekolah terhadap Prilaku Pencegaaahan Anemia pada Siswa dan Pengetahuan Remaja Putri Kelas X Tentang Anemia Di SMK Negeri 9 Kota Padang Tahun 2025. Jenis penelitian ini "analitik deskriptif" dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Februari-Maret 2025 di SMK Negeri 9 Padang Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X berjumlah 164 responden di SMK Negeri 9 Padang. Teknik pengambilan sampel ini adalah *simple random sampling* dengan jumlah sampel 63 responden. Hasil penelitian dari pengolahan data SPSS yaitu remaja berpengetahuan baik (9,5%), berpengetahuan cukup (25,4%), dan berpengetahuan kurang (65,1%). Dan untuk penilaian sumber informasi dari internet (88,9%), buku (1,6%), keluarga (1,6%), teman (3,2%), dan sekolah (4,8%) mengenai sumber informasi.

Kata Kunci: Anemia, Kesehatan Remaja, Pengetahuan, Remaja Putri, Sumber Informasi.

1. LATAR BELAKANG

Anemia menurut World Health Organization (WHO) 2022, menyatakan bahwa sebagian besar orang yang tinggal di daerah tropis mengalami anemia sebanyak 1,62 miliar atau sebesar 24,8% dari jumlah populasi. Angka anemia remaja putri sudah mengkhawatirkan, di Asia sudah mencapai 191 juta orang dan Indonesia merupakan urutan ke-8 dari 11 negara di Asia setelah Sri Lanka dengan penderita anemia sebanyak 75 juta orang pada usia 10-19 tahun (Cahyati, 2020). Salah satu masalah gizi yang sering terjadi pada usia remaja yaitu anemia gizi besi atau yang lebih dikenal dengan istilah anemia (Nurjanah, 2022).

Kebijakan sekolah tentang anemia dikeluarkan oleh Kementerian kesehatan (Kemenkes) yang berfokus pada pencegahan dan penanganan anemia pada remaja (Remaja Putri), melalui Gerakan Aksi Bergizi. Sekolah berperan penting dan bekerja sama dengan fasilitas kesehatan (Puskesmas) dalam memberikan edukasi tentang pentingnya gizi seimbang untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri.

Remaja putri lebih rawan terkena anemia dibanding remaja laki-laki karena remaja putri mengalami siklus menstruasi sehingga membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi. Anemia pada remaja khususnya remaja putri menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat bila prevalensinya lebih dari 15%. Secara umum tingginya prevalensi anemia gizi besi antara disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi tidak cukup, penyerapan yang tidak adekuat, peningkatan kebutuhan akan zat besi dan menstruasi setiap bulannya (Fitriany, 2023).

Berdasarkan profil kesehatan Indonesia tahun 2021. Cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di Indonesia Maluku Utara berada pada peringkat terendah dari seluruh provinsi di Indonesia yaitu 2,1%, sedangkan rata-rata nasional 31,3% sementara provinsi Sumatera Barat yaitu : 11,5% berada pada urutan ke-29 dari 34 provinsi. Provinsi dengan persentase tertinggi cakupan pemberian TTD pada remaja putri (Kemenkes, 2021).

Angka kejadian anemia pada remaja di Provinsi Sumatera Barat berdasarkan Survei Pemantauan Status Gizi (PSG) yang dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2021 sebanyak 43,1%. Hal ini menunjukkan bahwa anemia pada remaja masih merupakan masalah kesehatan masyarakat (Dinkes Sumbar, 2021).

Anemia merupakan masalah kesehatan yang sering dijumpai pada remaja putri, Remaja putri masih banyak menghadapi bahaya anemia di Kota Padang. Terdapat risiko anemia pada 193 remaja putri, menurut penjangkauan Dinas Kesehatan Kota Padang pada remaja putri SMA, SMK, dan MA kelas X tahun 2021. Wilayah kerja Puskesmas Padang memiliki risiko anemia tertinggi pada remaja putri yaitu sebanyak 96 orang dan persentase sebesar

21,91%. Skrining yang dilakukan di tempat kerja Puskesmas Padang pada tahun 2021 diketahui bahwa SMKN 9 Padang memiliki risiko anemia tertinggi pada remaja putri dengan 25 kasus terkonfirmasi dan persentase sebesar 26,31%. Data ini didapatkan saat pandemi Covid 19, sehingga hanya 31.3% siswa yang hanya diperiksa.

Dengan persentase anemia tertinggi di SMK N 9 Kota Padang maka sekolah melakukan pemberian tablet tambah darah (TTD), Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di sekolah dilakukan sesuai dengan Peraturan Wali Kota Padang Nomor 4 Tahun 2020, Tablet Tambah Darah diberikan kepada remaja putri di sekolah semasa covid-19 dengan dosis 1 tablet per minggu selama setahun, Pemberian Tablet tambah Darah dipantau setiap sebulan sekali oleh Petugas Puskesmas, tablet tambah darah mengandung zat besi dan asam folat yang penting untuk mencegah anemia. tablet tambah darah juga dapat mempersiapkan kesehatan sebelum menjadi ibu, menjaga daya tahan tubuh, dan meningkatkan produktivitas.

Dampak anemia dapat menurunkan ketahanan fisik, kapasitas kerja, mempengaruhi fungsi kognitif seperti konsentrasi belajar rendah dan memperlambat daya tangkap. Akibat jangka panjang apabila remaja putri hamil maka ia tidak akan mampu memenuhi zat gizi bagi dirinya dan janin. Anemia dapat meningkatkan frekuensi komplikasi, risiko kematian maternal, angka prematuritas, BBLR, dan angka kematian perinatal (John).

Ada beberapa penyebab yang mempengaruhi terjadinya anemia salah satunya adalah pengetahuan tentang anemia. Pengetahuan anemia itu sendiri memiliki peran yang sangat penting dalam kejadian anemia. Apabila pengetahuan remaja putri tentang anemia itu rendah, maka kejadian anemia akan meningkat. Perlu adanya upaya untuk melakukan kegiatan yang berkaitan dengan pendidikan kesehatan tentang bahaya anemia dan bagaimana pencegahannya agar kejadian anemia pada remaja putri dapat ditanggulangi.

SMK N 9 Padang berada di Jl Bundo Kandung , Kecamatan Padang Barat, Kota Padang, Sumatera Barat. Studi pendahuluan dilakukan pada remaja putri di SMK N 9 Padang tentang apakah siswi tersebut mengetahui tentang anemia. setelah dievaluasi, Berdasarkan survey awal pada tanggal 05 Februari 2025 di SMK N 9 Padang didapatkan 14 dari 20 orang siswi masih rendah tentang pengetahuan anemia, 3 orang siswi berpengetahuan sedang dan 3 siswi berpengetahuan tinggi tentang anemia.

2. KAJIAN TEORITIS

Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang biasa diperoleh dari panca indera. Semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang maka semakin banyak sesuatu yang akan diamatinya tersebut. Selain itu pengetahuan adalah keseluruhan pemikiran, gagasan, ide konsep dan pemahaman yang dimiliki manusia. Pengetahuan mencakup penalaran dan pemahaman manusia tentang segala sesuatu yang mencakup praktek atau kemampuan dalam memecahkan persoalan hidup yang belum dilakukan secara sistematis. Pengetahuan yang baik dapat diperoleh dari beberapa faktor yaitu pengalaman dan keterpaparan informasi (Angrainy, 2022).

Pengertian Anemia

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah hemoglobin dalam darah kurang dari normal. Hemoglobin ini dibuat di dalam sel darah merah, sehingga anemia dapat terjadi baik karena sel darah merah mengandung terlalu sedikit hemoglobin maupun karena jumlah sel darah yang tidak cukup (Profil Kesehatan DIY, 2022). Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dan eritrosit lebih rendah dari normal. Pada pria, hemoglobin normal adalah 14-18 gr% dan eritrosit 4,5-5,5 jt/mm³. Sedangkan pada wanita, hemoglobin normal adalah 12-16 gr% dengan eritrosit 3,5-4,5 jt/mm³ (Aryani, 2022). Menurut Proverawati (2020) anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal umumnya berbeda pada laki-laki dan perempuan. Untuk pria, anemia biasanya didefinisikan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 13,5 gram/100ml dan pada wanita hemoglobin kurang dari 12,0 gram/100 ml.

Pengertian Remaja

Menurut WHO (2023), remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10- 19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2020, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) tentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Kemenkes RI, 2020). Perbedaan definisi tersebut menunjukkan bahwa tidak ada kesepakatan universal mengenai batasan kelompok usia remaja. Namun begitu, masa remaja itu diasosiasikan dengan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini merupakan periode persiapan menuju masa dewasa yang akan melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam hidup. Selain kematangan fisik dan seksual, remaja juga mengalami tahapan menuju kemandirian sosial dan ekonomi, membangun identitas, akuisi kemampuan (skill) untuk kehidupan masa dewasa serta kemampuan bernegosiasi (abstract reasoning WHO, 2020).

Gizi Remaja

Sedikit sekali yang diketahui tentang asupan pangan remaja. Meskipun asupan kalori sudah tercukupi, namun elemen lain seperti besi, kalsium dan beberapa vitamin ternyata masih kurang. Survey terhadap mahasiswa kedokteran di Perancis misalkan membuktikan bahwa 16% mahasiswa kehabisan cadangan besi, sementara 75% kekurangan. Di Amerika Serikat, sebagian remaja tidak memperoleh kalsium sebanyak yang dianjurkan oleh RDA (Recommended Daily Allowances), 18%. Remaja tidak setiap hari makan buah dan sayur, sementara kudapan asin dan manis (70%) dimakan beberapa kali (sepertiga dari mereka) setiap hari. Survey Departemen Pertanian Amerika Serikat (2022) membuktikan bahwa remaja putri yang berusia 12-19 tahun hanya mengonsumsi 777 mg kalsium sehari (Arisman, 2022).

3. METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik *deskriptif* yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk melihat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif (Notoatmodjo, 2020). Dalam penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan Dampak Kebijakan Sekolah terhadap Perilaku Pencegahan Anemia pada Siswa dan Pengetahuan Remaja Putri Kelas X Tentang Anemia Di SMK Negeri 9 Kota Padang Tahun 2025.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMK N 9 Padang pada Januari – Maret 2025.

Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X di SMA Negeri 9 Padang. Adapun populasi di seluruh remaja kelas X sebanyak 164 orang.

b. Sampel

Sampel penelitian merupakan objek yang diteliti dan dianggap mewakili populasi (Notoatmodjo, 2019). Besar sampel ditentukan dengan menggunakan rumus estimasi proporsi sebagai berikut :

$$\frac{N}{n \cdot 1 + (e)^2}$$

Keterangan :

n : Besar sampel

N : Besar populasi

E : Standart eror

Maka diperoleh perhitungan sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

$$n = \frac{164}{1 + 164(0,1^2)}$$

$$n = \frac{164}{1 + 164(0,01)}$$

$$n = \frac{164}{1 + 1,64}$$

$$n = \frac{164}{2,64} = 62,12 = 63 \text{ sampel}$$

Jadi yang menjadi sampel penelitian ini adalah sebagian siswa kelas X SMA Negeri 9 Padang berjumlah 63 orang.

Jumlah sampel kelas = $\frac{\text{jumlah anggota kelas dalam populasi}}{\text{jumlah total anggota populasi}} \times \text{jumlah}$

Sampel berdasarkan rumus diatas didapatkan sampel masing-masing kelas yaitu :

- | | | | |
|------------|-----|-------------------------|-----|
| a) Kelas 1 | 28 | x 63 = 10,75 = 11 orang | |
| | 164 | | |
| b) Kelas 2 | 27 | x 63 = 10,37 = 10 orang | 164 |
| c) Kelas 3 | 27 | x 63 = 10,37 = 10 orang | 164 |
| d) Kelas 4 | 28 | x 63 = 10,75 = 11 orang | 164 |

e) Kelas 5 $25 \times 63 = 9,60 = 10$ orang 164

f) Kelas 6 $29 \times 63 = 11,14 = 11$ orang 164

Sampling adalah teknik yang digunakan dalam mengambil sampel penelitian sehingga sampel tersebut dapat mungking mewakili populasinya penentuan sampel untuk penelitian ini digunakan teknik sampel *Random Sampling* (Notoadmodjo, 2019)

Jenis dan teknik pengumpulan data

- Jenis data

- a. Data primer

Merupakan data yang diambil data yang diambil dari sumber secara langsung oleh peneliti atau mewakilinya dimana penelitian dilakukan. Data primer pada penelitian ini adalah data dikumpulkan dengan mendatangi responden ke SMK N 9 Padang tahun 2025 Data primer ini diperoleh dari pertanyaan yang ada dalam kuesioner.

- b. Data Sekunder

Merupakan data yang didapat dari dinas pendidikan dan langsung dari tata usaha SMK N 9 Padang.

Teknik pengumpulan data

Pada penelitian ini, alat yang digunakan untuk pengumpulan data yaitu menggunakan kuesioner yang disampaikan langsung kepada responden untuk mengetahui pengetahuan remaja tentang anemia.

Pengelolaan Data

- Pengolahan data

Menurut Setiawan dan Saryono (2020), sebelum dianalisis, data diolah terlebih dahulu dengan tahapan sebagai berikut :

- a. Pemeriksaan Data (*Editing*)

Peneliti memeriksa kembali daftar pertanyaan dan kelengkapan jawaban yang telah diisi oleh responden yang bertujuan untuk mengurangi kesalahan atau kekurangan yang ada di daftar pertanyaan, sehingga jika terdapat pertanyaan yang belum terjawab peneliti dapat menanyakan kembali pada responden.

- b. Pengolahan data (*coding*)

Untuk mengetahui pengetahuan responden digunakan maksimal setiap pernyataan positif yang dijawab benar diberi skor 1 dan pernyataan yang dijawab salah nilai 0. Setelah semua di edit atau di sunting selanjutnya dilakukan pengkodean pada variabel tingkat pengetahuan jika: jawaban kurang diberikan kode

3 jika pengetahuan cukup diberi kode 2 pengetahuan baik diberi kode 1.

c. Memasukkan Data (*Entry*)

Tahap ini dilakukan dengan cara memasukkan data berdasarkan variabel yang diteliti kedalam computer menggunakan SPSS

d. Mentabulasi Data (*tabulating*)

Memproses data agar dapat dianalisis. pemrosesan ini dapat dilakukan dengan cara memindahkan data dari kuesioner kedalam master tabel yang disiapkan.

e. Pembersihan (*cleaning*)

Setelah data diolah lalu dicek atau diperiksa kembali guna memastikan tidak ada lagi kesalahan yang terjadi pada data tersebut.

Teknik Analisa Data

a. Analisa Univariat

Analisa univariat merupakan analisa yang menggambarkan setiap variabel dengan menggunakan distribusi frekuensi dan proporsi, sehingga tergambar fenomena dengan variable yang diteliti (Notoadmodjo,2019) yaitu:

- a) Pengetahuan remaja putri kelas X tentang anemia
- b) Sumber Informasi yang digunakan responden dalam memperoleh informasi tentang anemia.

Data sebelum disajikan dalam bentuk tabel dianalisa secara manual kemudian di deskripsikan dengan menggunakan skala yang ditetapkan presentase untuk pertanyaan yang dinilai keseluruhan dihitung dengan Rumus :

$$P = f / N \times 100\%$$

Keterangan:

- P : Nilai Presentasi Responden
- f Jumlah operatif jawaban yang benar
- N : Jumlah responden

4. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Gambaran Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK N 9 Kota Padang yang berada di Jl Bundo Kanduang, Kecamatan Padang Barat, Kota Padang, Sumatera Barat. Responden dalam penelitian ini adalah siswi kelas X SMK N 9 Kota Padang. Penelitian ini dilakukan dengan metode *simple random sampling* dengan populasi 164 orang didapatkan sampel sebanyak 63 orang.

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang Dampak Kebijakan Sekolah terhadap Prilaku Pencegahan Anemia pada Siswa dan Pengetahuan Remaja Putri Kelas X Tentang Anemia Di SMK Negeri 9 Kota Padang yang dilakukan pada bulan Januari – April 2025 didapatkan hasil secara univariat.

Analisa univariat

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang Dampak Kebijakan Sekolah terhadap Prilaku Pencegahan Anemia pada Siswa dan Pengetahuan Remaja Putri Kelas X Tentang Anemia Di SMK Negeri 9 Kota Padang Tahun 2025 diperoleh hasil berikut :

o Pengetahuan

Mengetahui distribusi frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas X Tentang Anemia Di SMK N 9 Kota Padang.

Tabel 1. Responden Pengetahuan

No	Pengetahuan	f	%
1.	Baik	6	9,5
2.	Cukup	16	25,4
3.	Kurang	41	65,1
Jumlah		63	100

Berdasarkan tabel 4.1 ditemukan hasil dari 63 siswi SMK N 9 Kota Padang yang menjadi responden, diperoleh bahwa remaja kelas X dengan pengetahuan yang baik sebanyak (9,5%), pengetahuan yang cukup sebanyak (25,4%), dan pengetahuan yang kurang sebanyak (65,2%) tentang pengetahuan anemia.

o Sumber Informasi

Mengetahui distribusi frekuensi Sumber Informasi Anemia Remaja Putri Kelas X Di SMK N 9 Kota Padang.

Tabel 1. Responden Informasi

No	Informasi	f	%
1.	Internet	56	88,9
2.	Buku	1	1,6
3.	Keluarga	1	1,6
4.	Teman	2	3,2
5.	Sekolah	3	4,8
Jumlah		63	100

Berdasarkan tabel diatas ditemukan hasil dari 63 siswi SMK N 9 Kota Padang yang menjadi responden, diperoleh bahwa remaja kelas X mendapatkan sumber informasi tentang anemia dari internet sebesar (88,9%), buku sebesar (1,6%), keluarga sebesar (1,6%), teman sebesar (3,2%) dan sekolah sebesar (4,8%).

Pembahasan

- **Pengetahuan**

Dari penelitian yang dilakukan di SMK Negeri 9 Padang mendapatkan sebanyak 6 responden (9,5) mengetahui pengetahuan yang baik tentang mengenai anemia, 16 responden (25,4) mengetahui pengetahuan yang cukup tentang anemia dan 41 responden (65,1%) mengetahui pengetahuan yang kurang tentang anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir (2020) Kecamatan Padang Barat, Kota Padang, yang berbasis android, yang mendapatkan hasil sebanyak (26,31%) responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai anemia.

Dan sejalan juga dengan hasil penelitian Elsa Ananda Putri (2023) menunjukan sebanyak (35%) remaja putri yang mengenai anemia, remaja putri dengan pola konsumsi zat besi kurang baik sebesar (60%), remaja putri dengan pola konsumsi protein baik sebesar (38,8%), remaja putri dengan kebiasaan konsumsi teh tidak baik sebesar (52,5%), remaja putri dengan kualitas tidur buruk sebesar (61,3%).

pengetahuan (knowledge) adalah hasil tahu dari manusia yang sekedar menjawab pertanyaan “What”. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan, penciuman, rasa, dan raba. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (notoatmodjo,2019)

Anemia yaitu kondisi dimana total sel darah merah yang beroperasi membawa oksigen mengalami penurunan untuk memenuhi kebutuhan fisiologi tubuh. Keinginan fisiologi spesifik beragam pada manusia dan bergantung pada usia, gender dan dikatakan anemia apabila hemoglobin (Hb) berada dibawah normal, presentase hemoglobin (Hb) normal umumnya berbeda pada pria dan wanita. Untuk pria anemia didefinisikan seperti ketentuan hemoglobin (Hb) kurang dari 13,5g/dL dan pada wanita 12g/dL (Prasasti, 2020)

Analisa peneliti pada variabel pengetahuan bahwa terdapat 6 responden (9,5%) memiliki pengetahuan yang baik mengenai anemia, dapat disimpulkan bahwa Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik dapat mencegah terjadinya anemia, karena remaja putri tau apa saja penyebab anemia, tanda dan gejala anemia, cara mencegah anemia,

sehingga remaja putri selalu melakukan hal-hal yang dapat membantu remaja terhindar dari anemia seperti makan-makan yang bergizi seperti daging, ikan, ayam, telur serta sayur berwarna hijau tua dan kacang-kacangan dan serta rajin mengkonsumsi tablet Fe ketika menstruasi 1 kali dalam seminggu secara teratur, sedangkan remaja putri 16 responden (25,4%) dengan pengetahuan cukup dan 41 responden (65,1%) dengan pengetahuan kurang dapat mempengaruhi timbulnya anemia karena perilaku, pola hidup kurang sehat, dan pola asupan zat gizi yang dipengaruhi oleh pengetahuan, kurangnya pengetahuan mengenai anemia, tanda -tanda dan pencegahannya dapat menyebabkan asupan penting tidak terpenuhi.

- **Sumber Informasi**

Berdasarkan hasil penelitian remaja putri kelas X di SMK N 9 Kota Padang sumber informasi terdapat dari internet sebesar 56 (88,9%), buku 1 (1,6%), keluarga 1 (1,6%), teman 2 (3,2%) dan sekolah 3 (4,8%).

Penelitian ini sejalan dengan *Rully Fatriani (2023)* Sumber informasi anemia defisiensi besi dan tablet tambah darah pada remaja putri adalah internet (67,3%), guru (19,2%), orang tua (9,6%), tenaga kesehatan (3,8%). Tingkat pengetahuan anemia defisiensi besi dikategorikan baik (51,9%), cukup (36,5%), kurang (11,5%). Tingkat pengetahuan tablet tambah darah dikategorikan baik (34,6%), cukup (38,5%), kurang (26,9%), Internet dan guru merupakan dua sumber informasi dominan, sebagian besar remaja putri berpengetahuan baik tentang anemia defisiensi besi dan berpengetahuan cukup tentang tablet tambah darah. Tenaga kesehatan dan pemangku kepentingan terkait diharapkan menyebarkan informasi tentang anemia defisiensi besi dan pencegahannya kepada guru dan melakukan optimalisasi literasi digital kesehatan sebagai upaya peningkatan pengetahuan remaja putri.

Cara Pencegahannya Membuat Konten Edukatif :

- Artikel Blog : Tulis artikel tentang pencegahan anemia, gejala, dan pengobatannya.
- Video Edukatif : Buat video tentang pencegahan anemia, cara mengenali gejala, dan pengobatan yang tepat.
- Infografis : Buat infografis yang menarik dan mudah dipahami tentang pencegahan anemia.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian *Lely Khulafa'ur Rosidah (2023)* ditemukan bahwa mayoritas responden (58,6%) hanya mendapatkan informasi dari satu sumber, sementara sebagian lainnya mendapatkan informasi dari dua, tiga, hingga empat sumber. Dari total 58 responden, sebanyak 34 orang (58,6%) hanya mengandalkan satu

sumber informasi tentang anemia. Sebanyak 15 responden (25,8%) menggunakan dua sumber informasi, sementara 7 responden (12%) mendapatkan informasi dari tiga sumber. Hanya 2 responden (3,4%) yang menggunakan empat sumber informasi. Berdasarkan analisis terhadap responden yang hanya mengandalkan satu sumber informasi, ditemukan bahwa sumber yang paling umum digunakan adalah tenaga kesehatan (41,1%), diikuti oleh TikTok (32,3%), televisi (14,7%), dan Instagram (11,7%). Hal ini menunjukkan bahwa tenaga kesehatan masih menjadi sumber utama dalam memberikan informasi.

Sumber Informasi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, informasi yang diperoleh dari berbagai sumber akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Sumber informasi adalah proses pemberitahuan yang dapat membuat seseorang mengetahui informasi dengan mendengar atau melihat sesuatu secara langsung ataupun tidak langsung dan semakin banyak informasi yang didapat, akan semakin luas pengetahuan seseorang (Fahmi, 2023). Kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat membantu mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru (Mubarak dkk, 2023).

Analisis peneliti yang dilakukan pada sekolah SMK N 9 Kota Padang kelas X penelitian ini didapatkan hasil bahwa 56 responden (88,9%) mendapatkan sumber informasi melalui google (internet), 1 responden (1,6%) dari buku yang berjudul (anemia pada remaja putri perspektif sosio ekologi), 1 responden (1,6%) dari keluarga bahwa salah satu keluarga pernah mengalami anemia sehingga keluarga memberikan pengetahuan anemia pada anaknya, 2 responden (3,2%) dari teman yang sedang bercakap-cakap karena kekurangan konsentrasi belajar menurun dan 3 responden (4,8%) dari sekolah yang sedang memberikan penyuluhan tentang anemia disekolah.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil penelitian dan pembahasan yang telah di kemukakan maka dapat ditarik kesimpulan antara lain:

- a. Siswi putri kelas X di SMK N 9 Kota Padang dengan pengetahuan anemia yang baik (9,5%), pengetahuan yang cukup (25,4%), dan pengetahuan yang kurang (65,1%) tentang Anemia
- b. Siswi kelas X di SMK N 9 Kota Padang mendapatkan informasi tentang anemia dari Internet sebanyak (88,9%), Buku (1,6%), keluarga (1,6%), teman (3,2%), dan sekolah sebanyak (4,8%) Tentang Anemia

Saran

Dilihat dari kesimpulan diatas ada beberapa saran yang di ajukan dan diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan :

a. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi pada SMK N 9 Kota Padang mengenai Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas X Tentang Anemia Di SMK Negeri 9 Kota Padang. Diharapkan juga pada sekolah untuk dapat lebih meningkatkan pemberian pengetahuan tentang anemia, khususnya dampak / bahaya anemia bagi kalangan remaja agar dapat terciptanya generasi-generasi bangsa yang terdidik serta berpengetahuan yang luas untuk masa depan yang lebih baik.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat melahirkan anak didik yang berpengetahuan dan terdidik, serta dapat menjadi sumber informasi bagi instansi maupun peserta didiknya mengenai dampak Anemia terhadap remaja.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya agar bisa melanjutkan penelitian tentang dampak bahaya Anemia bagi kalangan remaja.

DAFTAR REFERENSI

- Anggraini, R. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan penyakit menular seksual dengan sikap perilaku seksual pra nikah pada siswa kelas XI SMA N 1 Karanganyar Klaten (Skripsi Sarjana, tidak dipublikasikan). STIKES 'Aisyiyah, Yogyakarta.
- Apriyanti, F. (2023). Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan tahun 2022. Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. <https://doi.org/10.33859/psmumns.v3i1.695>
- Arikunto, S. (2022). Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arisman, M. B. (2023). Buku ajar ilmu gizi: Gizi dalam daur kehidupan (Edisi ke-2). Jakarta: EGC.
- Aryani, R. (2023). Kesehatan remaja: Problem dan solusinya. Jakarta: Salemba Medika.
- Daryanto. (2020). Media pembelajaran. Yogyakarta: Gava Media.
- Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta. (2022). Profil kesehatan Provinsi DIY 2022. Yogyakarta: Dinkes Provinsi DIY.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2022). Prevalensi anemia remaja Kota Padang. Padang: Dinas Kesehatan Kota Padang.
- Enda. (2022). Hubungan pengetahuan anemia dengan status anemia remaja putri di SMA Perguruan Swasta Tri Sakti Lubuk Pakam Medan (KTI DIII Gizi). Poltekkes Kemenkes Medan.

- Harahap, A. P. (2023). Umur ibu dan paritas sebagai faktor risiko yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Ampenan. *Midwifery Journal*, 3(2), 108-113. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/MJ/article/view/506/pdf>
- Junengsih, & Yuliasari. (2022). Hubungan asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMU 98 di Jakarta Timur. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*.
- Katsilambros, N., Chariolos, D., Meropi, K., Evangelia, & Kalliopi. (2020). *Asuhan gizi klinik*. Jakarta: EGC.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Surat edaran tentang pemberian tablet tambah darah pada remaja putri dan wanita usia subur. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kemenkes RI. Diakses 31 Januari 2024 dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2022.pdf>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2023). *Data pokok pendidikan dasar dan menengah*. Diakses 7 Juni 2023.
- Laksmi, S., & Helmi, Y. (2023). Hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kejadian anemia di Kabupaten Tanggamus. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), April 2023. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1016>
- Rahman, A., & Fitriyani, L. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di lingkungan sekolah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 16(2), 123-131. <https://doi.org/10.24893/jkma.v16i2.456>