

## Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini pada Remaja Putri

### Correlations Between Knowledge Level About Anemia with Early Stunting Prevention Effort in Adolescent Girls

Putria Carolina <sup>1\*</sup>

Ferry Ronaldo <sup>2</sup>

Zefanya Viola <sup>3</sup>

STIKES Eka Harap, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

\*email: [nersputria@gmail.com](mailto:nersputria@gmail.com)

#### Abstrak

Stunting merupakan permasalahan gizi kronis yang menjadi perhatian serius di Indonesia. Anemia merupakan salah satu faktor risiko yang berkontribusi pada kejadian stunting. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia akibat kehilangan zat besi saat menstruasi. Anemia jika tidak ditangani dengan baik, dapat berlanjut hingga masa kehamilan kelak, sehingga meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah dan berujung pada stunting. Pengetahuan tentang anemia menjadi aspek penting dalam upaya pencegahan stunting sejak dini yang berpotensi pada kesiapan mereka dalam mencegah stunting sejak usia remaja. Fenomena di lapangan menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan kaitannya dengan stunting masih tergolong rendah. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk menggali hubungan antara pengetahuan dengan upaya pencegahan stunting secara lebih mendalam. Penelitian ini bertujuan menganalisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Sikap Dalam Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini Pada Remaja Putri. Desain penelitian ini menggunakan korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, sampel berjumlah 30 responden remaja putri di Kota Palangka Raya. Hasil Penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan kurang 3%, tingkat pengetahuan cukup 40%, dan pengetahuan baik 57%. Sikap remaja putri dari 30 responden didapatkan hasil sikap positif 63%, dan sikap negatif 37%. Nilai uji statistic menunjukkan  $p\text{ value} = 0,000$  yang artinya Terdapat Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Sikap Dalam Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini Pada Remaja Putri. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai intervensi dalam asuhan keperawatan pada tatanan klinik maupun komunitas. Seiring dengan pengetahuan yang meningkat maka akan mengubah sikap menjadi lebih baik untuk mencapai derajat kesehatan remaja putri yang optimal.

#### Kata Kunci:

Pengetahuan  
Upaya Pencegahan  
Stunting

#### Keywords:

Knowledge  
Prevention Efforts  
Stunting

#### Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that is a serious concern in Indonesia. Anemia is one of the risk factors that contribute to stunting. Adolescent girls are a group that is vulnerable to anemia due to iron loss during menstruation. Anemia, if not treated properly, can continue into pregnancy, increasing the risk of giving birth to a baby with low birth weight and leading to stunting. Knowledge about anemia is an important aspect in efforts to prevent stunting early on which has the potential to prepare them to prevent stunting from adolescence. The phenomenon in the field shows that adolescent girls' knowledge about anemia and its relationship to stunting is still relatively low. This shows the need to explore the correlations between knowledge and stunting prevention efforts in more depth. This study aims to analyze the Relationship Between Knowledge Levels About Anemia and Attitudes in Efforts to Prevent Stunting Early on in Adolescent Girls. This study design uses a correlational approach with a cross-sectional approach, a sample of 30 adolescent female respondents in Palangka Raya City. The results of the study showed that the level of knowledge was lacking 3%, the level of knowledge was sufficient 40%, and knowledge was good 57%. The attitude of adolescent girls from 30 respondents obtained positive attitude results of 63%, and negative attitudes of 37%. The statistical test value shows  $p\text{ value} = 0.000$  which means that there is a relationship between the level of knowledge about anemia and attitudes in efforts to prevent stunting early in adolescent girls. The results of this study can be used as an intervention in nursing care in clinical and community settings. Along with increasing knowledge, attitudes will change for the better to achieve optimal health levels for adolescent girls.



## PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal [1]. Anemia pada remaja putri merupakan salah satu permasalahan kesehatan di masyarakat yang memerlukan pencegahan dan penanggulangan sebaik mungkin. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang tergolong kelompok wanita subur yang rawan menderita anemia. Anemia sering diderita pada wanita usia subur. Hal ini disebabkan karena terjadinya siklus menstruasi pada wanita setiap bulannya. Kekurangan zat besi dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga dapat menyebabkan produktivitas menurun. Salah satu faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja adalah kurangnya pengetahuan tentang anemia yang akan berdampak pada pemenuhan asupan zat gizi. Pengetahuan bukan terbatas pada teori ilmu saja melainkan dari perilaku masing-masing individu dalam menyikapi pencegahan suatu penyakit tersebut. Remaja putri sebagai calon Ibu mempunyai peran besar dalam mewujudkan generasi berkualitas dimasa yang akan datang. Kurangnya pengetahuan remaja sebagai calon orang tua tentang pengasuhan 1000 HPK dapat meningkatkan risiko anak yang dilahirkan kelak mengalami gangguan pertumbuhan hingga stunting. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan (sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun). Stunting berdampak luas dan jangka panjang terhadap anak dan masyarakat secara keseluruhan [2].

*World Health Organization* (WHO) menyebutkan Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius yang khususnya menyerang anak kecil, remaja putri dan wanita yang sedang menstruasi, serta wanita hamil dan pascapersalinan. WHO memperkirakan bahwa 40% anak usia 6–59 bulan, 37% wanita hamil, dan 30% wanita usia 15–49 tahun di seluruh dunia menderita anemia [3]. Menurut Riskesdas

tahun 2019 prevalensi angka kejadian anemia mengalami peningkatan sebesar 27,1%. Prevalensi anemia di Indonesia secara nasional mencapai 21,7%, dengan penderita anemia pada usia 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita pada usia 15-24 tahun [4]. Data di Kalimantan Tengah dilaporkan 74% remaja putri di SMA menderita anemia. Berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa proporsi anemia pada perempuan lebih tinggi (22,7%) dibandingkan pada laki-laki (12,4%). Masalah anemia pada remaja putri telah menarik perhatian pemerintah untuk segera ditanggulangi. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 yang dilaksanakan Kementerian Kesehatan, angka prevalensi stunting di Indonesia pada 2021 sebesar 24,4%, atau menurun 6,4% dari angka 30,8% pada 2018 [5]. Pemerintah mempunyai target untuk menurunkan prevalensi hingga 14% pada tahun 2024. Itu artinya, kita harus menurunkan prevalensi sebesar 10,4% dalam 2,5 tahun ke depan, yang tentu saja ini menjadi tantangan bagi kita semua untuk mencapainya.

Anemia adalah keadaan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari normal atau tidak mencukupi kebutuhan tubuh. Apabila dalam darah kadar Hb berkurang dapat menimbulkan gejala tubuh merasa cepat capek, lemah, letih, lelah dan lesu. Remaja putri yang mengalami defisiensi hemoglobin dapat menyebabkan kelelahan sehingga menurunkan konsentrasi yang akan mempengaruhi kemampuan fungsi kognitif. Kelompok usia remaja putri merupakan fase pertumbuhan dan setiap bulan mengalami siklus alami kehilangan darah, zat besi dibutuhkan untuk menggantikan zat besi yang hilang saat menstruasi hingga usia reproduksi. Kekurangan zat besi merupakan salah satu penyebab terjadinya *stunting*. Apabila jumlah zat besi di dalam tubuh berkurang dapat menimbulkan hambatan dalam pertumbuhannya baik sel tubuh maupun sel otak. Dampak jangka pendek dan jangka panjang kejadian *stunting* dapat berupa penurunan kemampuan belajar karena kurangnya perkembangan kognitif, mempengaruhi kualitas sumber daya manusia

oleh karena itu perlu dilakukan upaya pencegahan dan penanganan yang serius.

Peran perawat dalam memberikan upaya preventif dan promotive dapat dilakukan untuk mengatasi masalah anemia pada remaja. Pemberian edukasi merupakan salah satu cara agar seseorang memperoleh pengetahuan. Kegiatan penyuluhan dalam bidang kesehatan adalah rangkaian proses memberikan informasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Upaya pencegahan anemia sangat penting untuk mempersiapkan remaja putri menjadi ibu sehingga dapat melahirkan bayi yang sehat. Edukasi sebagai bentuk pendidikan kesehatan adalah upaya yang dapat dilakukan dalam pencegahan *stunting* dengan memberikan informasi mengenai *stunting* pada remaja. Edukasi atau pendidikan gizi dapat mempengaruhi pengetahuan dan sebagai salah satu upaya pencegahan *stunting*. Menurut Kemenkes RI (2020) Langkah pencegahan dan penanganan *stunting* dapat dilakukan melalui kegiatan edukasi berupa Pendidikan Gizi dan Kesehatan, pengenalan tentang *stunting*, khususnya pada remaja putri yang merupakan calon ibu agar mampu membekali dirinya dalam menjalani periode kehidupan selanjutnya yakni usia reproduktif sehingga dapat mempersiapkan diri dengan status kesehatan yang optimal [6].

## METODOLOGI

Penelitian adalah suatu proses mencari sesuatu secara sistematis dalam waktu yang lama dengan menggunakan metode ilmiah serta aturan-aturan yang berlaku untuk dapat menghasilkan suatu penelitian yang baik. Untuk dapat menghasilkan penelitian yang baik, maka dibutuhkan rancangan penelitian untuk menunjang dan memberikan hasil penelitian yang sistematis. Rancangan penelitian adalah suatu kerangka acuan bagi peneliti untuk mengkaji hubungan (korelasi) antar variabel dalam suatu penelitian [7]. Desain penelitian merupakan rancangan yang digunakan dalam menggunakan

prosedur penelitian [8]. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini dengan korelasional (Non-Eksperimen). Rangkaian rencana dan struktur penyusunan penelitian yang digunakan sebagai pedoman dalam mengumpulkan dan menganalisis data secara sistematis untuk memperoleh informasi yang relevan dan valid guna menjawab masalah penelitian [9]. Penelitian korelasional bertujuan mengungkapkan hubungan korelatif antar variabel dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian *cross sectional* yaitu dimana jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan sikap dalam upaya pencegahan *stunting* sejak dini pada remaja putri. Pengambilan data tentang data tingkat pengetahuan dan sikap hanya diambil satu kali pada saat penelitian. Responden dalam penelitian ini yaitu 30 orang remaja putri di SMA Kristen Kota Palangka Raya.

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk pengumpulan data [10]. Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner (daftar pertanyaan) yang dibuat sedemikian rupa sehingga mempermudah responden dalam menjawab pertanyaan yang sudah ada. Uji statistik yang digunakan adalah metode uji statistik *Chi Square*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Identifikasi Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri

Berikut ini merupakan hasil identifikasi Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia pada Remaja Putri.

**Tabel I.** Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia pada Remaja Putri

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Baik	17	57
Cukup	12	40
Kurang	1	3

Hasil identifikasi tingkat pengetahuan responden didapatkan dari 30 responden dengan tingkat pengetahuan baik berjumlah 17 responden (57%), tingkat pengetahuan cukup berjumlah 12 responden (40%), dan tingkat pengetahuan kurang berjumlah 1 responden (3%).

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya yakni indra pendengaran, indra penciuman, indra penglihatan, indra penciuman, dan indera peraba [11].

Pengetahuan sangat penting dalam menentukan sikap dan perilaku seseorang karena pengetahuan dapat menimbulkan perubahan persepsi dan kebiasaan. Pengetahuan yang meningkat dapat mengubah persepsi masyarakat tentang suatu kondisi kesehatan maupun penyakit, meningkatnya pengetahuan juga dapat mengubah perilaku dari negatif menjadi positif, selain itu pengetahuan juga membentuk suatu kepercayaan.

### Hasil Identifikasi Sikap dalam Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini

Berikut ini merupakan hasil identifikasi Sikap dalam Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini.

**Tabel II.** Sikap dalam Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Positif	19	63
Negatif	11	37

Hasil identifikasi Sikap dalam upaya pencegahan stunting sejak dini didapatkan hasil responden dengan sikap dalam kategori positif 19 responden (63%), dan sikap dalam kategori negatif 11 responden (37%).

Sikap merupakan istilah yang mengacu pada suatu kondisi berpikir yang disusun untuk merespons suatu objek yang diatur melalui pengalaman dan mempengaruhi praktik atau tindakan secara langsung maupun tidak langsung, sikap adalah persepsi, perasaan, dan kecenderungan seseorang yang menggambarkan kesukaannya atau ketidaksukaannya terhadap suatu objek, membenci atau menyukai suatu konsep atau objek.

Berbagai faktor yang mempengaruhi sikap terhadap objek sikap antara lain: pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan dan lembaga agama. Sikap mempunyai tiga komponen pokok, yaitu: komponen pertama adalah kepercayaan atau keyakinan, ide, dan konsep terhadap suatu objek. Komponen kedua adalah kehidupan emosional atau evaluasi orang terhadap suatu objek. Komponen ketiga adalah kecenderungan untuk bertindak (*tend ti behave*). Ketiga komponen tersebut secara bersama sama membentuk sikap yang utuh (*total attitude*). Dalam menentukan sikap yang utuh ini, pengetahuan, pikiran, keyakinan dan emosi memegang peranan penting, sikap terbentuk dan berubah seakan dengan perkembangan individu atau dengan kata lain sikap merupakan hasil belajar individu dengan interaksi sosial. Semakin positif sikap seseorang maka semakin baik perilaku yang ditunjukkan. Namun masih ada juga responden yang merasa ragu akan persepinya untuk melakukan

pencegahan *stunting* sejak dini sehingga respon yang dihasilkan responden negatif atau kurang responsif terhadap pencegahan *stunting* sejak dini. Sikap seseorang dipengaruhi oleh kepercayaan, seseorang akan memiliki sikap yang positif apabila memiliki pengetahuan yang baik maka akan mempengaruhi perilaku pada orang tersebut.

### Hasil Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Sikap Dalam Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini Pada Remaja Putri

Berikut ini adalah hasil analisis yang dilakukan melalui uji statistik dengan *Chi-Square* untuk melihat Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Sikap Dalam Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini Pada Remaja Putri

**Tabel III.** Hasil Analisis Uji Hubungan Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Sikap Dalam Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini Pada Remaja Putri

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	22.823 <sup>a</sup>	2	.000
Likelihood Ratio	28.616	2	.000
Linear -by-Linear Association	20.733	1	.000
N of Valid Cases	30		

Berdasarkan hasil uji korelasi *chi-square* di atas didapatkan nilai *p* (*value*) 0,000, dimana nilai *p* (*value*) tersebut ternyata lebih kecil daripada nilai *alpha* yang ditetapkan sebesar 0,05. Maka hipotesis *H<sub>a</sub>* dapat diterima, artinya ada Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Sikap Dalam Upaya Pencegahan *Stunting* Sejak Dini Pada Remaja Putri.

Setiap orang memiliki intensitas atau taraf pengetahuan yang tidak sinkron terhadap objeknya, pengetahuan

dapat mempengaruhi sikap seseorang. Pengetahuan akan suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Selain itu sikap mempengaruhi pemikiran untuk menentukan tindakan, meskipun sikap tidak selalu ditunjukkan dalam tingkah laku atau tindakan.

Sikap merupakan istilah yang mengacu pada suatu kondisi berpikir yang disusun untuk merespons suatu objek yang diatur melalui pengalaman dan mempengaruhi praktik atau tindakan secara langsung maupun tidak langsung, sikap adalah persepsi, perasaan, dan kecenderungan seseorang yang menggambarkan kesukaannya atau ketidaksukaannya terhadap suatu objek, membenci atau menyukai suatu konsep atau objek. Teori *Lawrence green* yang menyatakan bahwa sikap seseorang termasuk dalam faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku kesehatannya. Jika semakin banyak remaja putri memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia maka akan semakin positif sikap remaja putri dalam melakukan pencegahan *stunting* sejak dini maka akan semakin baik perilaku yang ditunjukkan untuk mengurangi resiko terjadinya *stunting* pada remaja putri. Hal ini sangat perlu dilakukan karena remaja putri merupakan generasi penerus yang sangat perlu diperhatikan, karena akan kelak menjadi ibu sehingga dapat menghasilkan bayi yang sehat.

Sikap dipengaruhi oleh masing- masing kondisi dan pola pikir masing-masing individu. Berdasarkan teori serta hasil penelitian yang didapatkan, bahwa dalam penelitian ini semakin baik tingkat pengetahuan seseorang maka semakin baik pula sikapnya dalam melakukan pencegahan *stunting* sejak dini. Semakin berkembangnya pola pikir serta bertambahnya pengetahuan menjadikan remaja putri mampu memilah mana yang baik dan mana yang buruk untuk dirinya sehingga terbentuk suatu sikap dalam diri tersebut. Jika semakin tinggi remaja putri memiliki tingkat pengetahuan tentang anemia maka akan mengurangi resiko terjadinya *stunting*, sehingga mendukung program pembangunan kesehatan untuk

meningkatkan derajat kesehatan pada remaja putri dengan optimal.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji korelasi *chi-square* di atas didapatkan nilai *p* (*value*) 0,000, dimana nilai *p* (*value*) tersebut ternyata lebih kecil daripada nilai *alpha* yang ditetapkan sebesar 0,05. Maka hipotesis *H<sub>a</sub>* dapat diterima, artinya ada Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Sikap Dalam Upaya Pencegahan *Stunting* Sejak Dini Pada Remaja Putri.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan sikap mereka dalam upaya pencegahan *stunting* sejak dini. Remaja putri yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang anemia cenderung memiliki sikap yang lebih positif dan proaktif dalam mencegah *stunting*, seperti menjaga pola makan bergizi, rutin mengonsumsi tablet tambah darah, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Pengetahuan yang baik membantu remaja memahami dampak anemia terhadap kesehatan reproduksi dan perkembangan janin di masa depan, sehingga membentuk kesadaran pentingnya pencegahan *stunting* sejak remaja. Dengan demikian, edukasi tentang anemia sejak dini sangat penting untuk membentuk sikap dan perilaku pencegahan *stunting* yang lebih baik di kalangan remaja putri.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Ketua STIKES Eka Harap, Ketua LPPM STIKES Eka Harap, Ketua Program Studi Profesi Ners, rekan-rekan dosen Keperawatan dan Profesi Ners dan semua pihak yang telah terlibat dalam penelitian ini.

## REFERENSI

- Hidayat. A. Aziz Alimul. 2017. *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI. <https://www.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. 2020. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur*. <https://www.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan. 2019. *Laporan Nasional Risesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan RI, Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. 2019. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Nursalam. 2020. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi ke-5). Jakarta: Salemba Medika.
- Sari, R. 2019. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kecamatan Tanah Abang Jakarta Pusat Tahun 2019*. Universitas Esa Unggul.
- Sutriyawan, A. 2021. *Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Bandung: Refika.
- World Health Organization. 2021. *Anaemia*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>