



DOI: 10.36568/gebindo.v11i4.100

**Pengaruh Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang, Sikap, Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro**

**Penulis Pertama**

Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surabaya; wijayantierliana@gmail.com

**Penulis Kedua**

Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surabaya; sutiorahardjo@gmail.com

**Penulis Ketiga**

Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surabaya; arishandayani159@gmail.com

**Penulis Keempat**

Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surabaya; anggraenianggrek428@gmail.com

**ABSTRACT**

*Adolescent girls are a group that has a high risk of anemia compared to young men. This is because in adolescent girls the need for iron absorption peaks at the age of 14-15 years. Anemia is said to be a public health problem if its prevalence is above 20%. Directly, anemia is mainly caused by insufficient production/quality of red blood cells and blood loss either acutely or chronically. It is mainly caused by nutritional deficiency, bleeding, hemolytic. In addition to direct causes, the incidence of anemia is also influenced by several factors including knowledge, attitudes, eating patterns, family income, nutritional status, menstrual patterns, and consumption of Fe tablets; The purpose of this study was to determine the effect of knowledge about balanced nutrition, attitudes and nutritional status on the incidence of anemia in adolescent girls in Panjunan Village, Kalitidu District, Bojonegoro Regency. This type of research is analytic with a cross sectional design. The sample of this study were young women in Al Musthofa Islamic Boarding School, Panjunan Village, Kalitidu District, Bojonegoro Regency, taken with a simple random sampling technique of 58 respondents. The independent variable is knowledge about balanced nutrition, attitudes, and nutritional status, while the dependent variable is the incidence of anemia in adolescent girls at Al-Musthofa Islamic Boarding School, Panjunan Village, Kalitidu District, Bojonegoro Regency. Collecting data using questionnaires, weighing equipment, height measuring devices, and Mission brand digital hemocue. The results of the analysis of the effect of knowledge about balanced nutrition on the incidence of anemia using statistical tests with Chi-Square obtained a significant value ( $p$ )  $0.000 < (\alpha) 0.05$ , then  $H_0$  is rejected, meaning that there is an effect of knowledge about balanced nutrition on the incidence of anemia in adolescent girls at Pondok Pesantren Al Al. Musthofa, Panjunan Village, Kalitidu District, Bojonegoro Regency. The results of the analysis of the influence of attitudes on the incidence of anemia using statistical tests with Chi-Square obtained a significant value ( $p$ )  $0.005 < (\alpha) 0.05$ , then  $H_0$  is rejected, meaning that there is an influence of attitudes on the incidence of anemia in adolescent girls at Al Musthofa Islamic Boarding School, Panjunan Village, Kalitidu District Bojonegoro. The results of the analysis of the influence of nutritional status on the incidence of anemia leading to nutrition in children. Statistical test with Chi-Square obtained a significant value ( $p$ )  $0.020 < (\alpha) 0.05$ , then  $H_0$  is rejected, meaning that there is an influence of nutritional status on the incidence of anemia in adolescent girls at Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjunan, Kalitidu District, Bojonegoro Regency. From the results above, it can be concluded that knowledge about balanced nutrition, attitudes, and nutritional status have an influence on the incidence of anemia in adolescent girls, thus it is necessary to educate young women about balanced nutrition, prevention and control of anemia in adolescents through health promotion activities and adolescent health screening.*

**Keywords:** Knowledge of Balanced Nutrition, Attitude, Nutritional Status, Anemia, and Adolescents

## ABSTRAK

Remaja putri merupakan kelompok yang memiliki resiko tinggi mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan pada remaja putri kebutuhan absorpsi zat besi mengalami puncaknya di umur 14-15 tahun. Anemia dikatakan menjadi suatu masalah kesehatan masyarakat apabila prevalensinya diatas 20%. Secara langsung anemia terutama disebabkan karena produksi/kualitas sel darah merah yang kurang dan kehilangan darah baik secara akut atau menahun. Hal tersebut utamanya disebabkan oleh defisiensi zat gizi, perdarahan, hemolitik. Selain sebab langsung, kejadian anemia juga dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pengetahuan, sikap, pola makan, pendapatan keluarga, status gizi, pola menstruasi, dan konsumsi tablet Fe; Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pengetahuan tentang gizi seimbang, sikap dan status gizi terhadap kejadian anemia remaja putri di Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kab Bojonegoro. Jenis penelitian ini analitik dengan rancangan *cross sectional*. Sampel dari penelitian ini adalah remaja putri yang ada di Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro diambil dengan tehnik *simple random sampling* sejumlah 58 responden. Variabel Independen adalah pengetahuan tentang gizi seimbang, sikap, dan status gizi, sedangkan variabel dependen adalah kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, alat timbang berat badan, alat ukur tinggi badan, serta *digital hemocue* merek *Mission*. Hasil analisis pengaruh pengetahuan tentang gizi seimbang terhadap kejadian anemia menggunakan uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai signifikan ( $p$ )  $0,000 < (\alpha) 0,05$  maka  $H_0$  ditolak berarti ada pengaruh pengetahuan tentang gizi seimbang terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro. Hasil analisis pengaruh sikap terhadap kejadian anemia menggunakan uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai signifikan ( $p$ )  $0,005 < (\alpha) 0,05$  maka  $H_0$  ditolak berarti ada pengaruh sikap terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro. Hasil analisis pengaruh status gizi terhadap kejadian anemia menggunakan uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai signifikan ( $p$ )  $0,020 < (\alpha) 0,05$  maka  $H_0$  ditolak berarti ada pengaruh status gizi terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro. Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang gizi seimbang, sikap, dan status gizi ada pengaruh terhadap kejadian anemia remaja putri, dengan demikian perlunya untuk mengedukasi remaja putri tentang gizi seimbang, pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja melalui kegiatan promosi kesehatan dan skrining kesehatan remaja.

**Kata kunci** : “Pengetahuan Gizi Seimbang”; “Sikap”; “Status Gizi”; “Anemia”; dan” Remaja”

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin, hematokrit dan sel darah merah lebih rendah dari nilai normal sebagai akibat dari defisiensi salah satu atau beberapa unsur makanan esensial (Arisman, 2010 dalam Kemenkes, 2018). Remaja putri merupakan kelompok yang memiliki resiko tinggi mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan pada remaja putri kebutuhan absorpsi zat besi mengalami puncaknya di umur 14-15 tahun, sedangkan pada remaja putra satu atau dua tahun berikutnya (WHO, 2011 dalam Anggoro, Sarni, 2020). Menurut World Health Organization tahun 2017, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri. Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja yaitu 32% yang berarti bahwa 3 – 4 remaja dari 10 remaja menderita anemia. Berdasarkan hasil skrining kolaborasi Program Promosi Kesehatan, Gizi, dan AUSREM (Anak Usia Remaja) Puskesmas Kalitidu dengan pendanaan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bojonegoro yang dilakukan terhadap santriwati di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro pada Bulan Juni tahun 2021 didapatkan bahwa 39 dari 68 santriwati remaja menderita anemia yaitu sebesar 57,35%. Presentase ini melebihi prevalensi anemia remaja putri pada Riskesdas 2018 yaitu sebesar 32%. Ini berarti 1 dari 2 remaja putri di Pondok Pesantren Al Musthofa menderita anemia.

Secara langsung anemia terutama disebabkan karena produksi/kualitas sel darah merah yang kurang dan kehilangan darah baik secara akut atau menahun. Hal tersebut utamanya disebabkan oleh defisiensi zat gizi, perdarahan, hemolitik. Berdasarkan jurnal penelitian Sarni Anggoro (2020) memperlihatkan adanya beberapa faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia remaja putri diantaranya pengetahuan, sikap, pola makan, dan pendapatan keluarga. Dalam jurnal penelitian Siska Fransiske Simanungklit (2019) menunjukkan bahwa

faktor- faktor yakni pengetahuan, status gizi, dan pola konsumsi berhubungan dengan kejadian anemia. Sedangkan dalam jurnal penelitian Arin Oktafia Asyari, dkk (2021) faktor- faktor yang berhubungan dengan anemia remaja putri adalah status sosial ekonomi keluarga, pola menstruasi, konsumsi tablet Fe, pola makan, tingkat pengetahuan, dan status gizi.

Anemia yang diderita oleh remaja putri dapat menyebabkan menurunnya prestasi belajar, menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit infeksi. Selain itu pada remaja putri yang anemia, tingkat kebugarannya pun akan turun yang berdampak pada rendahnya produktivitas dan prestasi olahraganya dan tidak tercapainya tinggi badan maksimal karena pada masa ini terjadi puncak pertumbuhan tinggi badan (*peak high velocity*) (Depkes RI, 2003 dalam Rahayu, Atikah dkk, 2019). Selain itu remaja putri dengan anemia nantinya akan berisiko anemia saat menjadi ibu hamil yang dapat menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan janin yang tidak optimal serta berpotensi menyebabkan komplikasi kehamilan dan persalinan serta kematian ibu dan anak.

### **Rumusan Masalah**

“Adakah pengaruh pengetahuan tentang gizi seimbang, sikap, dan status gizi terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro?”.

### **Tujuan Penelitian**

#### **Tujuan Umum**

Menganalisis pengaruh pengetahuan tentang gizi seimbang, sikap, dan status gizi terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.

#### **Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi gambaran pengetahuan tentang gizi seimbang remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro
2. Mengidentifikasi gambaran sikap remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro
3. Mengidentifikasi gambaran status gizi remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro
4. Mengidentifikasi gambaran kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro
5. Menganalisis pengaruh pengetahuan tentang gizi seimbang terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro
6. Menganalisis pengaruh sikap terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro
7. Menganalisis pengaruh status gizi terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.

### **Manfaat Penelitian**

#### **Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat menjadi wawasan dan referensi terbaru tentang faktor- faktor yang mempengaruhi kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.

#### **Manfaat Praktis**

1. Bagi Responden  
Dapat meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang, sikap, dan tindakan terhadap pentingnya pencegahan anemia.
2. Bagi Institusi Kesehatan  
Sebagai bahan pertimbangan dalam upaya meningkatkan perilaku siswa remaja putri terhadap pencegahan anemia
3. Bagi Institusi Pendidikan  
Sebagai referensi tambahan untuk bahan pembelajaran mahasiswa tentang anemia remaja putri.
4. Bagi Peneliti  
Peneliti dapat mengaplikasikan ilmu dan membagi sedikit pengetahuan tentang penanggulangan anemia remaja putri

5. Bagi Peneliti Lain  
Sebagai acuan atau dasar dalam melakukan penelitian selanjutnya.

### Hipotesis

H1 : Ada pengaruh pengetahuan tentang gizi seimbang, sikap, dan status gizi terhadap kejadian anemia remaja putri di pondok pesantren Al Musthofa Desa Panjuran Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro

## METODE

### 1. Jenis Penelitian

Desain yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *analitik korelasional* yaitu penelitian untuk mengkaji hubungan antara variabel yang dilakukan untuk mencari, menjelaskan suatu hubungan, memperkirakan, menguji berdasarkan teori yang sudah ada. Penelitian analitik bertujuan mengungkapkan hubungan antar variabel (Nursalam, 2016).

### 2. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional* merupakan jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat (Nursalam, 2016).

### 3. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjuran Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.

### 4. Populasi

Populasi merupakan suatu subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti (Nursalam, 2016). Populasi Remaja Putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjuran Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro sejumlah 68 orang remaja.

### 5. Analisa Data

Setelah data terkumpul dan diperiksa kelengkapannya, kemudian peneliti melakukan analisis data dengan menggambarkan teknik analisis *bivariate* yakni analisis yang dilakukan terhadap dua variabel tersebut (variabel independen dan variabel dependen) yang diduga berhubungan atau berkoreksi (Notoatmodjo, 2012)

*Chi square* adalah suatu alat uji statistik untuk mengetahui perbedaan dan pengaruh lebih dari dua proporsi populasi berdasarkan sampelnya yang dikelompokkan sesuai karakteristik data (Sunnyoto, 2012). Syarat menggunakan uji chi-square adalah sebagai berikut :

1. Tidak ada cell dengan nilai frekuensi kenyataan atau disebut dengan *Actual Count* (F0) sebesar 0 (No)
2. Apabila bentuk tabel kontigensi 2x2, maka tidak boleh ada 1 cell yang memiliki frekuensi harapan atau disebut juga *Expected count* (Fh) kurang dari 5
3. Apabila bentuk tabel lebih dari 2x2, maka jumlah cell dengan frekuensi harapan kurang dari 5 tidak boleh lebih dari 20%

Dalam analisa data penelitian yang akan dilakukan ini menggunakan uji signifikan yang bertujuan mencari adanya hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yang akan dilakukan menggunakan uji *Chi square* dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ .

### Uji validitas dan reliabilitas

Setelah kuesioner sebagai alat ukur atau alat pengumpul selesai disusun, belum berarti kuesioner tersebut dapat langsung digunakan untuk mengumpulkan data. Kuesioner yang digunakan sebagai alat ukur penelitian perlu uji validitas dan reliabilitas. Untuk itu maka kuesioner tersebut harus dilakukan uji coba "*trial*" di lapangan (Notoadmodjo, 2018). Uji ini akan dilakukan terhadap 10 remaja putri diluar responden penelitian

## 6. Etika Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini peneliti mendapatkan rekomendasi dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya untuk meneliti di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjuran Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro. Penelitian dilaksanakan setelah mendapatkan ijin dari Pimpinan Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjuran Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro. Etik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu : lembar persetujuan (*Informed Consent*), tanpa nama (*Anonymity*), kerahasiaan (*Confidentiality*).

## HASIL PENELITIAN

Tabel .1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al Mustofa Desa Panjuran Kec Kalitidu Kab Bojonegoro Bulan April Tahun 2022

Umur Responden (th)	Frekuensi	Persentase (%)
10-13 (remaja awal)	22	37,9
14-16 (remaja pertengahan)	26	44,8
17-19 (remaja akhir)	10	17,3
Jumlah	58	100,0

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden berusia antara 14-16 tahun (remaja pertengahan) yaitu sebesar 26 responden (44,8%), sedangkan rentang usia 10-13 tahun (remaja awal) 22 responden (37,9%) , dan rentang usia 17-19 tahun (remaja akhir) sebesar 10 responden (17,3%).

Tabel 2 Karakteristik Berdasarkan Pendidikan Responden Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjuran Kec Kalitidu Kab Bojonegoro Bulan April Tahun 2022

Pendidikan Responden	Frekuensi	Persentase (%)
SMP/Sederajat	39	67,2
SMA/Sederajat	19	32,8
Jumlah	58	100,0

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden memiliki pendidikan SMP/ sederajat yaitu sebanyak 39 orang (67,2%). Sedangkan sisanya sebanyak 19 responden memiliki pendidikan SMA/Sederajat (32,8%)

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Remaja Putri Di Pondok Pesantren Desa Panjuran Kec Kalitidu Kab Bojonegoro Bulan April Tahun 2022 Berdasarkan Kriteria.

Kriteria Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang	Frekuensi	Persentase (%)
Cukup	31	53,4
Baik	27	46,6
Jumlah	58	100,0

Berdasarkan tabel 3 menunjukan bahwa sebagian besar remaja putri di pondok pesantren Al-Musthofa memiliki tingkat pengetahuan yang cukup tentang gizi seimbang (53,4%). Sedangkan sisanya memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang gizi seimbang (46,6%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al- Musthofa Desa Panjuran Kec Kalitidu Kab Bojonegoro Bulan April Tahun 2022 Berdasarkan Kriteria.

Kriteria Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
Negatif	32	55,2
Positif	26	44,8
Jumlah	58	100,0

Berdasarkan tabel 3 menunjukan bahwa sebagian besar remaja putri di pondok pesantren Al – Musthofa memiliki sikap yang negatif (55,2%). Sedangkan sisanya memiliki sikap yang positif (44,8%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Status Gizi Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al- Musthofa Desa Panjunan Kec Kalitidu Kab Bojonegoro Bulan April Tahun 2022 Berdasarkan Kriteria.

Kriteria Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
Gizi tidak normal	23	39,7
Gizi normal	35	60,3
Jumlah	58	100,0

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di pondok pesantren Al- Musthofa memiliki status gizi normal (60,3%). Sedangkan sisanya memiliki status gizi tidak normal (39,7%)

Tabel .6 Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjunan Kec Kalitidu Kab Bojonegoro Bulan April Tahun 2022 Berdasarkan Kriteria.

Kriteria Kejadian Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Anemia	32	55,2
Tidak anemia	26	44,8
Jumlah	58	100,0

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di pondok pesantren Al- Musthofa mengalami anemia (55,2%). Sedangkan sisanya tidak mengalami anemia (44,8%).

**Pengaruh Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri**

Tabel 7 Tabel Silang Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjunan Kec Kalitidu Kab Bojonegoro Bulan April Tahun 2022

Pengetahuan	Kejadian Anemia				Jumlah	
	Anemia		Tidak Anemia		F	%
	F	%	f	%		
Baik	6	22,2	21	77,8	27	100
Cukup	26	83,9	5	16,1	31	100
<b>Jumlah</b>	32	55,2	26	44,8	58	100
<b>Hasil Uji Statistik</b>	Chi Square nilai signifikan ( $p$ ) $0,000 < (\alpha) 0,05$					

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan gizi seimbang “baik” yang mengalami anemia sebanyak 6 orang (22,2%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 21 orang (77,8%). Sedangkan remaja putri dengan pengetahuan gizi seimbang “cukup” yang mengalami anemia sebanyak 26 orang (83,9%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 5 orang (16,1%).

Setelah dilakukan uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai signifikan ( $p$ )  $0,000 < (\alpha) 0,05$  maka  $H_0$  ditolak berarti ada pengaruh pengetahuan tentang gizi seimbang terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro

**Pengaruh Sikap Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri**

Tabel 8 Tabel Silang Sikap Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjunan Kec Kalitidu Kab Bojonegoro Bulan April Tahun 2022

Sikap Remaja Putri	Kejadian Anemia				Jumlah	
	Anemia		Tidak Anemia		f	%
	F	%	F	%		
Negatif	23	71,9	9	28,1	32	100,0
Positif	9	34,6	17	65,4	26	100,0
Jumlah	32	55,2	26	44,8	58	100,0
Uji Statistik	Chi Square nilai signifikan ( $p$ ) $0,005 < (\alpha) 0,05$					

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa remaja putri dengan sikap “negatif” yang mengalami anemia sebanyak 23 orang (71,9%) dan yang tidak anemia sebanyak 9 orang (28,1%). Sedangkan remaja putri dengan sikap “positif” yang mengalami anemia sebesar 9 orang (34,6%) dan yang tidak anemia sebanyak 17 orang (65,4%).

Setelah dilakukan uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai signifikan ( $p$ )  $0,005 < (\alpha) 0,05$  maka  $H_0$  ditolak berarti ada pengaruh sikap terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al

Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.

**Pengaruh Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri**

Tabel 9 Tabel Silang Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kec Kalitidu Kab Bojonegoro Bulan April Tahun 2022

StatusGizi	Kejadian Anemia				Jumlah	
	Anemia		Tidak Anemia		f	%
	F	%	f	%		
Status Gizi Normal	15	42,9	20	57,1	35	100,0
Status Gizi Tidak Normal	17	73,9	6	26,1	25	100,0
Jumlah	32	55,2	26	44,8	58	100
Uji Statistik	Chi Square nilai signifikan (p) 0,020 < (α) 0,05					

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan bahwa remaja putri dengan “status gizi normal” yang mengalami anemia sebanyak 15 orang (42,9%) dan yang tidak anemia sebanyak 20 orang (57,1%). Sedangkan remaja putri dengan “status gizi tidak normal” yang mengalami anemia sebanyak 17 orang (73,9%) dan yang tidak anemia sebanyak 26 orang (44,8%).

Setelah dilakukan uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai signifikan (p) 0,020 < (α) 0,05 maka H<sub>0</sub> ditolak berarti ada pengaruh status gizi terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.

**PEMBAHASAN**

**Pengaruh Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa menunjukkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan gizi seimbang “baik” yang mengalami anemia sebanyak 6 orang (22,2%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 21 orang (77,8%). Sedangkan remaja putri dengan pengetahuan gizi seimbang “cukup” yang mengalami anemia sebanyak 26 orang (83,9%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 5 orang (16,1%). Setelah dilakukan uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai signifikan (p) 0,000 < (α) 0,05 maka H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima berarti ada pengaruh pengetahuan tentang gizi seimbang terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan ini terjadi melalui panca indra manusia. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Nursalam, 2012, dalam Rachmawati, Windi Chusniah, 2019 ). Gizi seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Kemenkes, 2014). Pengetahuan gizi yang baik berpengaruh positif pada perilaku masyarakat kearah konsumsi pangan yang sehat dan bergizi (Azzahroh and Rozalia, 2018).

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki pengetahuan gizi seimbang yang baik akan memiliki kemampuan dalam memilih susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, juga akan dapat memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih serta mempertahankan berat badan normal sehingga terhindar dari anemia. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggoro, Sarni (2020) dimana juga didapatkan adanya pengaruh antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas X SMA Negeri 1 Kalibawang. Menurut Anggoro, Sarni (2020) semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang remaja maka akan semakin banyak informasi yang diperoleh dan semakin kecil juga kemungkinan remaja mengalami anemia. Namun demikian terdapat 6 remaja putri (22,2%) dengan pengetahuan gizi seimbang “ baik” namun masih mengalami anemia. Hal ini menunjukkan terdapat faktor – faktor lain yang turut mempengaruhi kejadian anemia selain pengetahuan tentang gizi seimbang, misalnya pola menstruasi, kondisi penyakit, dan lain-lain.



### **Pengaruh Sikap Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa menunjukkan bahwa remaja putri dengan sikap “negatif” yang mengalami anemia sebanyak 23 orang (71,9%) dan yang tidak anemia sebanyak 9 orang (28,1%). Sedangkan remaja putri dengan sikap “positif” yang mengalami anemia sebesar 9 orang (34,6%) dan yang tidak anemia sebanyak 17 orang (65,4%). Setelah dilakukan uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai signifikan ( $p$ )  $0,005 < (\alpha) 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima berarti ada pengaruh sikap terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek (Notoatmodjo, 2012). Secara definitif sikap berarti suatu keadaan jiwa dan keadaan berfikir yang disiapkan untuk memberikan tanggapan terhadap suatu objek yang di organisasikan melalui pengalaman serta mempengaruhi secara langsung atau tidak langsung pada praktik atau tindakan. Dalam membentuk sikap yang utuh, diperlukan adanya keterlibatan antara pengetahuan, pikiran, keyakinan dan emosi. (Notoadmodjo, 2012). Menurut Sayogo,S (2006) yang dikutip oleh Rahayu, Atikah (2019) dalam Buku Referensi Metode Orkes-Ku (Raport Kesehatanku) Dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri menyatakan bahwa sikap senang atau tidak senang dengan makanan bisa mempengaruhi terjadinya anemia dan kurang suka dengan makanan yang banyak mengandung zat besi.Makanan yang banyak mengandung zat besi bisa mencegah terjadinya anemia.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa semakin positif sikap seseorang terhadap pencegahan anemia maka akan mempengaruhi tindakan nyata seseorang dalam merawat diri agar terhindar dari anemia. Hal ini dibuktikan dengan sebagian besar responden yang tidak mengalami anemia memiliki sikap yang positif. Begitu pula sebaliknya bila seseorang memiliki sikap negatif terhadap pencegahan anemia, ia akan memiliki kecenderungan untuk abai dalam upaya agar terhindar dari anemia. Sebagaimana dibuktikan dalam hasil penelitian dimana sebagian besar responden yang mengalami anemia memiliki sikap negatif. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggoro, Sarni (2020) pada Siswi SMA Negeri 1 Kalibawang dimana juga didapatkan adanya pengaruh sikap dengan kejadian anemia disebabkan karena banyaknya responden siswi yang memiliki sikap positif dengan kadar Hb normal. Namun demikian terdapat 9 (34,6% ) remaja putri dengan sikap “ positif” namun masih mengalami anemia. Hal ini menunjukkan terdapat faktor – faktor lain yang turut mempengaruhi kejadian anemia selain pengetahuan tentang gizi seimbang, misalnya pola menstruasi, kondisi penyakit, dan lain-lain

### **Pengaruh Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa menunjukkan bahwa remaja putri dengan “status gizi normal” yang mengalami anemia sebanyak 15 orang (42,9%) dan yang tidak anemia sebanyak 20 orang (57,1%). Sedangkan remaja putri dengan “status gizi tidak normal” yang mengalami anemia sebanyak 17 orang (73,9%) dan yang tidak anemia sebanyak 26 orang (44,8%). Setelah dilakukan uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai signifikan ( $p$ )  $0,020 < (\alpha) 0,05$  maka  $H_0$  ditolak berarti ada pengaruh status gizi terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.

Pencegahan dan pengobatan anemia dapat ditentukan dengan memperhatikan faktor-faktor penyebabnya. Jika penyebabnya adalah masalah nutrisi, penilaian status gizi dibutuhkan untuk mengidentifikasi zat gizi yang berperan dalam kasus anemia (Rahayu, Atikah dkk, 2019). Status gizi adalah keadaan tubuh manusia sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat- zat gizi. Baik buruknya status gizi manusia dipengaruhi oleh 2 hal pokok yaitu konsumsi makanan dan keadaan kesehatan tubuh atau infeksi (Mardalena,Ida, 2019). Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan alat yang sederhana untuk memantau status gizi. Menurut Thompson (2007) dalam Arumsari (2008) yang dikutip oleh Rahayu, Atikah dkk (2019), status gizi mempunyai korelasi positif dengan konsentrasi hemoglobin (Hb), artinya semakin buruk status gizi seseorang maka semakin rendah kadar Hbnya

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa remaja putri yang memiliki status gizi normal memiliki risiko lebih kecil mengalami anemia. Ini dikarenakan tubuh memperoleh cukup asupan zat gizi sehingga kebutuhan akan mikronutrien khususnya zat besi terpenuhi. Sedangkan remaja putri dengan status gizi tidak normal memiliki risiko lebih besar untuk mengalami anemia. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Asyari, Arin Oktafia dkk (2021) dimana salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia remaja putri di SMAN 1 Jetis, Bantul, Yogyakarta adalah status gizi remaja. Namun demikian terdapat remaja putri dengan “status gizi normal” yang mengalami anemia sebanyak 15 orang (42,9%). Hal ini menunjukkan terdapat faktor – faktor lain yang turut mempengaruhi kejadian anemia selain pengetahuan tentang gizi seimbang, misalnya pola menstruasi, kondisi penyakit, dan lain-lain

## KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian yang berjudul “ Pengaruh Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang, Sikap, Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro” adalah sebagai berikut :

1. Remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro sebagian besar memiliki pengetahuan tentang gizi seimbang cukup
2. Remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro sebagian besar memiliki Sikap negatif
3. Remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro sebagian besar memiliki Status gizi normal
4. Remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro sebagian besar mengalami anemia
5. Terdapat pengaruh pengetahuan tentang gizi seimbang terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro
6. Terdapat pengaruh sikap terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.
7. Terdapat pengaruh status gizi terhadap kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Al-Musthofa Desa Panjunan Kecamatan Kalitidu Kabupaten Bojonegoro.

## DAFTAR PUSTAKA

1. R.I., Kementrian Kesehatan. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS).2018
2. Anggoro, Sarni. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Siswa SMA.2020
3. Dinkes Provinsi Jawa Timur. Peringati Hari Gizi Nasional ke-61, Dinkes Jatim Luncurkan Inovasi Putri Ranemia dan Canting.2021
4. Rahayu, Atikah, dkk. Buku Referensi : Metode Orkes-ku (Raport Kesehatanku) Dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri.2019
5. Simanungkalit S, Simarmata O. Buletin Penelitian Kesehatan Vol 47: Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Remaja Putri yang Berhubungan dengan Status Anemia.2019
6. Asyari, Arin Oktafia, Ratnawati, Anggit Eka, and Erna Yovi Kurniawati. "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia Remaja Putri." Jurnal IlmuKebidanan.2021
7. Notoadmodjo. Metodologi Penelitian Kesehatan.2018
8. Notoatmodjo. Metode Penelitian Kesehatan , S. (2012). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku (edisi revisi).2012
9. Nursalam. Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis (4th ed).2016