

PENGETAHUAN REMAJA TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN HIDAYATUL ISLAMİYAH DI BANDAR LAMPUNG**Maida Saputri¹, Aryanti Wardiyah^{2*}, Rilyani³**¹⁻³Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

Email Korespondensi : aryanti@malahayati.ac.id

Disubmit: 26 Juli 2024

Diterima: 29 Desember 2024

Diterbitkan: 01 Januari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i1.16511>**ABSTRACT**

Anemia occurs when the hemoglobin concentration in red blood cells decreases and no longer meets the body's physiological needs. Based on the results of a presurvey conducted at the Hidayatul Islamiyah Islamic Boarding School and the Al Muttaqien Islamic Boarding School on 06 December-09 December 2023, it was found that at the Hidayatul Islamiyah Islamic Boarding School there were 7 out of 10 respondents (70%) who did not know about anemia that occurs in teenagers, whereas in At Al Muttaqien Islamic Boarding School, 4 out of 10 respondents (40%) did not know about anemia that occurs in teenagers. To find out an overview of young women's knowledge about anemia at the Hidayatul Islamiyah Islamic Boarding School in Bandar Lampung. This research uses quantitative research. This research design uses descriptive survey research on a set of objects. The results showed that 47 respondents (67.1%) had low knowledge and 23 respondents (32.9%) had high knowledge. Adolescent girls' knowledge about anemia still needs to be improved through outreach to increase adolescents' understanding of anemia and its prevention. It is hoped that young women will increase their knowledge about anemia so they can maintain a healthy lifestyle.

Keywords: Knowledge, Anemia, Young women**ABSTRAK**

Anemia terjadi ketika konsentrasi hemoglobin dalam sel darah merah menurun dan tidak lagi mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh. Berdasarkan hasil presurvey yang telah dilakukan di Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah dan Pondok Pesantren Al Muttaqien pada tanggal 06 Desember-09 Desember 2023 didapatkan bahwa di Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah terdapat 7 dari 10 responden (70%) belum mengetahui mengenai anemia yang terjadi pada remaja sedangkan pada Pondok Pesantren Al Muttaqien terdapat 4 dari 10 responden (40%) belum mengetahui mengenai anemia yang terjadi pada remaja. Diketahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang anemia di Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah di Bandar Lampung. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian survey deskriptif terhadap sekumpulan objek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 47 responden (67,1%) memiliki pengetahuan rendah dan terdapat 23 responden (32,9%) memiliki pengetahuan tinggi. Pengetahuan remaja putri tentang anemia masih perlu ditingkatkan melalui penyuluhan-penyuluhan untuk meningkatkan

pemahaman remaja mengenai anemia dan pencegahannya. Diharapkan remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia sehingga dapat menjaga pola hidup sehat.

Kata Kunci: Pengetahuan, Anemia, Remaja Putri

PENDAHULUAN

Anemia remaja adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin di dalam darah kurang dari batas normal yang disesuaikan dengan kelompok jenis kelamin dan umur. Pada perempuan remaja dan tidak hamil hemoglobin normalnya adalah 12 g/dl. Anemia tersebut dapat diklasifikasikan dalam tiga bagian yaitu anemia ringan, sedang dan berat. Anemia pada remaja menjadi perhatian dikarenakan remaja putri berisiko terkena anemia sepuluh kali lipat dibandingkan remaja putra. Kelompok remaja putri yang berusia antara 10-19 tahun merupakan kelompok yang rawan mengalami kejadian anemia. Remaja putri merupakan generasi masa depan yang akan menentukan generasi berikutnya bangsa. Kelompok remaja merupakan kelompok yang strategis untuk memutus mata rantai anemia agar tidak meluas ke generasi berikutnya (Permanasari, 2021)

Pada tahun 2019, prevalensi anemia global adalah 29,9% pada wanita usia reproduksi, setara dengan lebih dari setengah miliar wanita berusia 15-49 tahun. Prevalensi adalah 29,6% pada wanita usia reproduksi yang tidak hamil, dan 36,5% pada wanita hamil (*World Health Organization*, 2021)

Prevalensi anemia di Indonesia berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, mencapai 23,7%. Dari kelompok umur 5-14 tahun sebanyak 26,8% dan 32,0% terdapat pada kelompok umur 15-24 tahun. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Proporsi kejadian

anemia di Indonesia lebih tinggi pada perempuan (27,2%) dibandingkan pada laki-laki (20,3%). Proporsi penderita anemia diperdesaan sebanyak 24,0% dan 22,7% di perkotaan. Provinsi Lampung juga memiliki prevalensi kasus anemia yang cukup besar. Berdasarkan data Riskesdes menunjukkan bahwa 24,6% penderita anemia di Provinsi Lampung terjadi pada usia remaja putri (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018)

Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar hemoglobin dan sel darah merah berada di bawah normal. Anemia gizi besi pada remaja putri memiliki risiko lebih tinggi karena menyebabkan penurunan daya tahan tubuh sehingga lebih rentan mengalami gangguan kesehatan (Indrawatiningsih et al., 2021).

Kekurangan hemoglobin dapat menyebabkan metabolisme tubuh dan sel-sel saraf tidak bekerja secara optimal, menyebabkan pula penurunan percepatan impuls saraf, mengacaukan system reseptor dopamine. Pada anak anemia dapat menurunkan gairah belajar, lesu dan penurunan daya tahan tubuh. Zat besi yang tidak mencukupi akan memicu anemia. Remaja perempuan umumnya memiliki risiko lebih tinggi terkena anemia dikarenakan remaja perempuan yang telah mulai mengalami menstruasi bulanan sehingga asupan makanan yang rendah zat besi dapat memicu anemia (Chasanah et al., 2019)

Salah satu tanda utama anemia adalah wajah pucat. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh

volume darah yang tidak mencukupi, penurunan hemoglobin, dan vasokonstriksi pembuluh darah untuk memaksimalkan suplai oksigen. Takikardia dan murmur jantung juga merupakan gejala anemia dan mencerminkan peningkatan beban kerja jantung dan curah jantung. Gejala anemia lainnya antara lain lemas, mudah lelah, lesu, sakit kepala, pusing, dan pusing (Kusnadi, 2021).

Berdasarkan data survei awal diketahui jumlah santri di Pondok Pesantren Al-Muttaqien sebanyak 35 orang, sedangkan santri di Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah berjumlah 70 orang. Berdasarkan hasil presurvey yang telah dilakukan di Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah dan Pondok Pesantren Al Muttaqien pada tanggal 06 Desember-09 Desember 2023 didapatkan bahwa di Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah terdapat 7 dari 10 responden (70%) belum mengetahui mengenai anemia yang terjadi pada remaja sedangkan pada Pondok Pesantren Al Muttaqien terdapat 4 dari 10 responden (40%) belum mengetahui mengenai anemia yang terjadi pada remaja (Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah & Pondok Pesantren Al Muttaqien, 2024).

Menurut (Permanasari, 2021) Penyebab anemia yaitu kekurangan mengkonsumsi zat besi, Perilaku makan remaja, Pendarahan (loss of blood value). Kekurangan zat gizi tersebut memicu terjadinya anemia sehingga terjadi kekurangan produksi ataupun kualitas dari eritrosit (sel darah merah) dan kehilangan sel darah merah tersebut sejak lama atau secara tiba-tiba. Maksud dari kurangnya sel darah merah sejak lama adalah kekurangan produksi ataupun kualitas sel darah merah yang sudah lama berlangsung tetapi tidak diketahui oleh penderita, atau bisa

juga karena seseorang menderita penyakit kronis yang disertai oleh anemia, sedangkan secara tiba-tiba bisa disebabkan oleh banyak hal misalnya terjadi pendarahan akibat kecelakaan atau penyakit lain pada seseorang.

Pengetahuan merupakan hasil tahu dari manusia, yang sekedar menjawab pertanyaan what. Apabila pengetahuan mempunyai sasaran tertentu, mempunyai metode atau pendekatan untuk mengkaji objek tersebut sehingga memperoleh hasil yang dapat disusun secara sistematis dan diakui secara umum, maka terbentuklah disiplin ilmu. Pengetahuan yang dimaksud disini adalah segala sesuatu yang diketahui oleh remaja putri mengenai anemia (Permanasari, 2021)

Menurut (Notoatomojo, 2012) Pengetahuan merupakan hasil yang diperoleh dari hasil indera manusia yaitu indera pendengaran (hidung), indera penciuman (hidung), indera penglihatan (mata), indera peraba (kulit), dan indera pengecap (lidah) yang diukur dengan cara wawancara atau berupa sebaran angket yang menanyakan perihal materi yang akan diukur dari subjek.

Kurangnya pendidikan merupakan masalah karena kurangnya pengetahuan tentang kebersihan pribadi mengenai praktik pemeliharaan kesehatan dan masalah kesehatan (Yuliasari & Lidia Sari, 2022)

Selain itu, faktor pendanaan menjadi salah satu indikator rendahnya gizi seimbang pada remaja putri di pesantren. Dampak negatif dari pasien anemia tersebut antara lain penurunan imunitas tubuh, penurunan konsentrasi, gangguan kebugaran dan produktivitas, kelahiran prematur, dan berat badan lahir rendah (BBLR) (Laksmi & Yenie, 2018).

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengetahuan remaja anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah tahun 2024

KAJIAN PUSTAKA

Anemia adalah suatu keadaan kekurangan kadar oksigen dalam darah yang terutama disebabkan oleh kekurangan asupan zat besi yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin. Sebenarnya anemia tidak mencerminkan penyakit seseorang hanya saja indikator bahwa seseorang kekurangan hemoglobin untuk mengangkut oksigen ke berbagai jaringan tubuh. Pada remaja putri lebih rentan dan beresiko terkena anemia karena kebutuhan zat besinya 3 kali lipat, mereka banyak keluar darah saat menstruasi (Chasanah et al., 2019)

Anemia dapat terjadi dengan bermacam sebab, salah satunya seperti yang diulas pada defenisi anemia yaitu kekurangan mengkonsumsi zat besi, yang lainnya yaitu kekurangan asam folat, vitamin B12 dan protein. Kekurangan zat gizi termasuk memicu terjadinya anemia sehingga terjadi kekurangan produksi ataupun kualitas dari eritrosit (sel darah merah) dan kehilangan sel darah merah tersebut sejak lama atau secara tiba-tiba. Maksud dari kurangnya sel darah merah sejak lama adalah kurangnya produksi ataupun kualitas sel darah merah yang sudah lama berlangsung tetapi tidak diketahui oleh penderita, atau bisa juga karena seseorang menderita penyakit kronis yang disertai oleh anemia, sedangkan secara tiba-tiba bisa disebabkan oleh banyak hal misalnya terjadi pendarahan akibat kecelakaan atau penyakit lain pada seseorang (Permanasari, 2021)

Masa remaja adalah fase kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun. Masa ini merupakan tahap perkembangan manusia yang unik dan waktu yang penting untuk meletakkan dasar-dasar kesehatan yang baik. Remaja mengalami pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial yang pesat. Hal ini memengaruhi cara mereka merasa, berpikir, membuat keputusan, dan berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka (*World Health Organization*, 2021)

Masa remaja adalah suatu periode dalam perkembangan yang dijalani seseorang yang terbentang sejak berakhir masa kanak-kanak sampai dengan awal masa dewasa. Bagian dari masa kanak-kanak itu antara lain proses pertumbuhan biologis misalnya tinggi badan terus bertambah, sedangkan masa dewasa antara lain proses kematangan semua organ tubuh termasuk fungsi reproduksi dan kematangan kognitif yang ditandai (Rahayu et al., 2019)

Pada masa ini hormon yang berperan adalah hormon luteinizing dan hormon perangsang folikel. Pertumbuhan dan perkembangan memerlukan unsur hara, baik unsur hara makro maupun unsur hara mikro. Kebutuhan zat gizi terpenuhi bila kuantitas dan kualitas zat gizi yang dikonsumsi seimbang menurut pedoman gizi (Agustina, 2019)

Anemia yang terjadi pada remaja putri menimbulkan risiko gangguan fungsi fisik dan mental serta dapat meningkatkan risiko penyakit pada kehamilan selanjutnya. Untuk mengurangi anemia pada kehamilan, status zat besi harus dikoreksi menjadi sebelum hamil dan setelah pubertas (Astuti & Kulsum, 2020).

Faktor penyebab tingginya kejadian anemia pada remaja antara lain rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lain (seperti A, C, asam folat,

riboflavin, dan vitamin B12), serta asupan zat lain yang mengganggu asupan zat besi, termasuk kesalahan asupan zat besi asupan zat besi (Julaecha, 2020).

Remaja meningkatkan pengondisian tubuhnya untuk mencapai kekuatan maksimal dalam menggunakan ototnya dan kemampuan mempelajari keterampilan gerak. Pertumbuhan meningkat pesat, mencapai puncaknya sebanyak orang. Pada awal masa remaja (usia 11 hingga 14 tahun), ciri-ciri seksual sekunder mulai muncul, antara lain: Pembesaran payudara pada remaja putri, pembesaran testis, dan tumbuhnya bulu ketiak dan kemaluan pada remaja laki-laki. Ciri-ciri seksual sekunder ini tercapai sepenuhnya pada masa kanak-kanak pertengahan (14-17 tahun), dan pada akhir masa kanak-kanak (17-20 tahun) struktur dan pertumbuhan reproduksi hampir selesai dan remaja sudah matang secara fisik (Pratama & Sari, 2021)

Menurut (Notoatomojo, 2012) Pengetahuan merupakan hasil yang diperoleh dari hasil indera manusia yaitu indera pendengaran (hidung), indera penciuman (hidung), indera penglihatan (mata), indera peraba (kulit), dan indera pengecap (lidah) yang diukur dengan cara wawancara atau berupa sebaran angket yang menanyakan perihal materi yang akan diukur dari subjek.

Pengetahuan erat kaitannya dengan pendidikan, dan pendidikan tinggi diharapkan dapat semakin memperluas pengetahuan. Namun perlu ditegaskan bahwa bukan berarti orang yang tidak berpendidikan tidak memiliki pengetahuan sama sekali. Pengetahuan seseorang tentang suatu mata pelajaran meliputi dua aspek: positif dan negatif. Kedua aspek inilah yang menentukan sikap seseorang. Semakin banyak aspek

dan objek positif yang diketahui, semakin positif sikap terhadap objek tertentu (Darsini et al., 2019)

Pengetahuan memiliki 6 tingkatan diantaranya : Tahu (know) yaitu Mengulang atau mengingat kembali suatu materi yang telah diberikan dalam pengetahuan, memahami (comprehension) yaitu menjelaskan apa yang telah dipelajari menurut sudut pandangnya secara benar dan tepat sesuai ilmu yang didapatkan, aplikasi (application) yaitu menerapkan ilmu yang telah didapat kepada situasi atau kondisi yang sebenarnya secara nyata, analisis (analysis) yaitu menguraikan kembali secara lebih mendetail berdasarkan komponen-komponen untuk dikaji lebih lanjut, sintesis (synthesis) yaitu menyusun dan menghubungkan bagian dari formulasi yang telah ada ke bagian formulasi baru, dan evaluasi (evaluation) yaitu Penilaian terhadap sesuatu yang telah dilakukan atau dipelajari berdasarkan kriteria yang sudah ada (Notoatomojo, 2012).

Anemia pada remaja akan memberikan dampak sampai dewasa. Oleh karena itu remaja harus mengetahui mengenai anemia dan pencegahannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang anemia di Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah di Bandar Lampung, rumusan masalah bagaimana pengetahuan remaja tentang anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren di Bandar Lampung?

METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Desain penelitian ini menggunakan studi survei deskriptif terhadap

sekelompok objek dan biasanya bertujuan untuk memperoleh gambaran menyeluruh mengenai suatu fenomena (termasuk kesehatan) yang terjadi pada suatu populasi tertentu (Notoatmodjo, 2018). Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja putri di Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah Bandar Lampung yang berjumlah 70 responden. Sampel penelitian ini adalah seluruh santriwati yang bersekolah di pesantren yang berjumlah 70 responden. Variabel dependen pada penelitian ini adalah anemia dan variabel independen yaitu pengetahuan remaja. Objek dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan remaja. Kuesioner telah dilakukan uji validitas dan

reliabilitas dengan hasil uji reliabilitas kuesioner pengetahuan didapat 0,916. Uji validitas dan reliabilitas ternyata butir variabel pengetahuan dan sikap responden adalah valid dan realibel, sehingga dapat dipergunakan untuk kuesioner penelitian (Pratiwi, 2022). Uji etik penelitian yang dilakukan di Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Makahayati dengan nomor : 4324/EC/KEP-UNMAL/V/2024. Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah Bandar Lampung. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 01 Juni-29 Juni 2024. Analisis yang dilakukan adalah analisis univariat dengan distribusi frekuensi.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	N	%
Umur (tahun) (rentang) 14-19	70	100,0
Siklus Haid		
1. Tidak Normal	38	54,3
2. Normal	32	45,7
Total	70	100,0
Lama Haid		
1. Tidak Normal	36	51,4
2. Normal	34	48,6
Total	70	100,0

Berdasarkan tabel 1. didapatkan bahwa umur dari seluruh responden adalah diantara 14-19 tahun dengan rata-rata berusia 15 tahun. Siklus haid pada responden adalah terdapat 38 responden (54,3%) tidak normal yaitu < 21 hari atau > 3 bulan dan terdapat 32

responden (45,7%) mengalami siklus haid normal yaitu 21-35 hari. Sedangkan lama haid pada 36 responden (51,4%) tidak normal dengan lama haid < 3 hari atau > 7 hari, dan terdapat 34 responden (48,6%) yang lama haid dalam rentang normal yaitu 3-7 hari.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri

Variabel	N	%
Tingkat Pengetahuan		
1. Pengetahuan Rendah	47	67,1
2. Pengetahuan Tinggi	23	32,9
Total	70	100,0

Berdasarkan tabel 2. diperoleh 47 responden (67,1%) memiliki pengetahuan rendah dan terdapat 23

responden (32,9%) memiliki pengetahuan tinggi.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa umur dari seluruh responden adalah diatas 12 tahun dengan. Siklus haid pada responden adalah terdapat 38 responden (54,3%) tidak normal yaitu < 21 hari atau > 3 bulan dan terdapat 32 responden (45,7%) mengalami siklus haid normal yaitu 21-35 hari. Sedangkan lama haid pada 36 responden (51,4%) tidak normal dengan lama haid < 3 hari atau > 7 hari, dan terdapat 34 responden (48,6%) yang lama haid dalam rentang normal yaitu 3-7 hari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sitepu, 2019) menunjukkan bahwa rentang usia responden antara 16- 18 tahun dengan mayoritas responden berusia 17 tahun sejumlah 71 orang (55,9 %), sedangkan kelompok usia responden yang paling sedikit adalah usia 18 tahun sejumlah 10 orang (7,9%).

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Permanasari, 2021) menjelaskan bahwa remaja putri yang sudah mengalami tanda seks primer (menstruasi) merupakan salah satu kelompok wanita usia subur yang memasuki masa transisi dari remaja menuju dewasa. Pola makan yang salah dan kurangnya pengetahuan tentang gizi memudahkan remaja mengalami kejadian anemia. Remaja putri yang mengalami haid akan kehilangan

darah setiap bulan sehingga membutuhkan zat besi dua kali lipat saat haid. Remaja putri juga terkadang mengalami gangguan haid seperti haid lebih panjang dari biasanya atau darah haid yang keluar lebih banyak dari biasanya.

Menurut peneliti siklus haid dan lamanya haid pada remaja putri dapat berbeda-beda, hal ini dikarenakan remaja yang baru mengalami menstruasi biasanya hormon belum stabil sehingga pada remaja awal siklus haid dan lama haid masih belum normal. Siklus haid yang tidak normal dapat dipengaruhi oleh beberapa hal seperti gangguan hormonal, pertumbuhan organ reproduksi, status gizi dimana remaja banyak mengonsumsi makanan cepat saji dan kurang mengonsumsi sayuran, stress yang dialami remaja biasanya dikarenakan ketidaksiapan remaja dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologi di masa remaja, dan penyakit metabolik.

Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) dari pengetahuan 70 responden (100%) adalah 10. Nilai tersebut dijadikan tolak ukur untuk menentukan tingkat pengetahuan responden. Berdasarkan tabel tersebut diperoleh 47 responden (67,1%)

memiliki pengetahuan rendah dan terdapat 23 responden (32,9%) memiliki pengetahuan tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ardana, 2023) yang berjudul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Di Smk" menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri kelas XI di SMKN sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan kurang baik yaitu sebesar 30 responden (39%).

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Permanasari, 2021) menjelaskan bahwa pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia saat menstruasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia pada saat menstruasi. Berdasarkan hasil tabel silang, remaja yang memiliki pengetahuan tentang anemia baik cenderung memiliki perilaku mendukung dalam pencegahan anemia pada saat menstruasi. Remaja yang memiliki pengetahuan tentang anemia kurang, cenderung memiliki perilaku tidak mendukung dalam pencegahan anemia pada saat menstruasi.

Menurut peneliti, berdasarkan kuesioner yang telah diisi oleh seluruh responden sekitar 50% responden menjawab bahwa responden mengalami siklus haid dan lama haid yang belum normal hal ini dikarenakan hormon pada remaja masih belum stabil sehingga siklus haid dan lama haid masih belum teratur. Selain itu, berdasarkan kuesioner mengenai pengetahuan dianalisis bahwa sekitar 60% responden yang salah menjawab mengenai dampak anemia sehingga dapat disimpulkan bahwa responden masih belum mengetahui dampak

anemia pada remaja. Sekitar 82% responden masih salah dalam menjawab kuesioner mengenai faktor penyebab terjadinya anemia dan makanan yang mendukung peningkatan kadar hemoglobin pada remaja. Banyak responden yang menjawab anemia pada remaja putri disebabkan karena kurangnya makanan yang manis - manis, anemia pada remaja dapat dicegah dengan makanan yang bernatrium tinggi dan dampak anemia pada remaja putri sebagian besar responden menjawab menstruasi terhambat. Hal ini terjadi dikarenakan kurangnya penyuluhan mengenai anemia pada remaja di lingkungan pondok pesantren. Dari seluruh responden pada siswi yang sudah bersekolah SMA lebih memiliki pengetahuan yang baik daripada siswi yang masih bersekolah tingkat MTS, hal ini dikarenakan siswi SMA dapat dengan leluasa menggunakan handphone untuk mengakses internet dan sudah mendapatkan beberapa kali pemaparan mengenai anemia sehingga siswi SMA lebih memahami mengenai anemia pada remaja.

KESIMPULAN

Terdapat 47 responden (67,1%) memiliki pengetahuan rendah dan terdapat 23 responden (32,9%) memiliki pengetahuan tinggi. Diharapkan kepada pihak pondok pesantren untuk dapat bekerja sama dengan petugas kesehatan seperti puskesmas terdekat untuk dapat melakukan penyuluhan mengenai pencegahan anemia pada remaja, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan santriwati mengenai anemia. Diharapkan hasil penelitian ini dapat diaplikasikan oleh remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia sehingga dapat menjaga pola hidup sehat. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar dapat

melakukan mengenai tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia menggunakan metode kualitatif dan lebih memperdalam mengenai hal apa yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri mengenai anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina. (2019). Analisis Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Untuk Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi Analysis Of Knowledge To Compliance Of Iron-Fortified Formula Among Adolescents As Prevention And Treatment To. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(4), 269-276.
- Ardana, B. T. (2023). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Di Smk*. [http://Repository.Stikesdrsoebandi.Ac.Id/Id/Eprint/1131%0ahttp://Repository.Stikesdrsoebandi.Ac.Id/1131/1/19010025 Brigita Tri Ardana.Pdf](http://Repository.Stikesdrsoebandi.Ac.Id/Id/Eprint/1131%0ahttp://Repository.Stikesdrsoebandi.Ac.Id/1131/1/19010025%20Brigita%20Tri%20Ardana.Pdf)
- Astuti, D., & Kulsum, U. (2020). Pola Menstruasi Dengan Terjadinya Anemia Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 314-327.
- Chasanah, S. U., Basuki, P. P., & Dewi, I. M. (2019). Anemia Penyebab, Strategi Pencegahan Dan Penanggulangannya Bagi Remaja. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951-952., 2.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331. <https://doi.org/10.33087/jubj.v21i1.1116>
- Julaecha, J. (2020). Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*, 2(2), 109. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i2.105>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*.
- Kusnadi, F. . (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 03(01).
- Laksmi, S., & Yenie, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Di Kabupaten. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 104. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1016>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Notoatomojo, S. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Hak Cipta.
- Permanasari, Et. A. (2021). *Buku Remaja Tanpa Anemia Melalui Peran Teman Sebaya*. Gosyen Publishing.
- Pondok Pesantren Hidayatul Islamiyah & Pondok Pesantren Al Muttaqien. (2024). *Jumlah Santri*.
- Pratama, D., & Sari, Y. P. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja. *Edukasimu.Org*, 1(3), 1-9. <http://Edukasimu.Org/Index.Php/Edukasimu/Article/View/49>
- Pratiwi, V. A. (2022). *Hubungan*

- Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Anemia Dengan Asupan Zat Besi Remaja Putri Di Sma Negeri 9 Depok.* Doctoral Dissertation, Universitas Binawan. <https://Repository.Binawan.Ac.Id/1888/>
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2019). Metode Orkes-Ku (Raport Kesehatanku) Dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri. In *Cv Mine*.
- Sitepu, B. L. . (2019). *Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Tigapanah Kab. Karo Tahun 2018.* Politeknikkesehatankemenkes medan. <https://Jurnal.Fk.Uisu.Ac.Id/Index.Php/Stm/Article/Download/357/351/>
- World Health Organization. (2021). *Anemia Pada Wanita Dan Anak-Anak.*
- Yuliasari, A., & Lidia Sari, N. (2022). Penyuluhan Tentang Anemia Berdampak Efektif Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Di Lingkungan Pondok Pesantren. *Womb Midwifery Journal*, 1(2), 6-12. <https://Doi.Org/10.54832/Wombmidj.V1i2.62>