

Pengaruh Paparan Informasi Anemia terhadap Perilaku Pencegahan Anemia pada Mahasiswi

The Effect of Anemia Information Exposure on Anemia Prevention Behavior in Female Students

Umriaty Umriaty^{1*}, Juhrotun Nisa²

^{1,2}. Program Studi Diploma III Kebidanan Politeknik Harapan Bersama

* Email: umriaty@poltektegal.ac.id

Abstrak

Latar belakang: Kebutuhan zat besi pada remaja perempuan lebih besar daripada remaja laki-laki. Kebutuhan zat besi pada remaja selain digunakan untuk pertumbuhan, juga untuk mengganti zat besi yang hilang setiap bulan karena menstruasi. Hal ini menyebabkan remaja perempuan rentan mengalami anemia. **Tujuan:** untuk mengetahui hubungan paparan informasi dan perilaku pencegahan anemia pada mahasiswi di Kota Tegal. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang belajar di Universitas yang ada di Kota Tegal dengan teknik pengambilan sample yaitu dengan *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni s/d Juli 2020. Teknik analisa data bivariat menggunakan *Chi Square*. **Hasil:** Pada penelitian ini didapatkan 94.3% responden pernah terpapar informasi terkait anemia, 56.6% informasi didapat dari internet, 74.2% memiliki paparan informasi dengan kategori baik. Pengetahuan responden tentang anemia sebagian besar baik 67%. Sebesar 54.6% perilaku responden dalam pencegahan anemia sudah baik. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara paparan informasi dengan perilaku pencegahan anemia dengan nilai p sebesar 0.388. **Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara paparan informasi tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia.

Kata kunci: Paparan Informasi; Pencegahan Anemia

Abstract

Background: girls need more iron than boys. Iron in young women is not only used for growth, but also to replace the iron lost every month. Therefore, young women are more at risk of developing anemia. Anemia in young women can continue in adult women and increase the risk of illness and death in the reproductive cycle. **Purpose:** to determine the relationship between information exposure and anemia prevention behavior among female students in Tegal City. **Methods:** This study is a quantitative analytic study with a cross sectional approach. The population in this study were students studying at universities in the city of Tegal with the sampling technique using purposive sampling. This research was conducted from June to July 2020. The bivariate data analysis technique used the Pearson product moment. **Results:** In this study, 94.3% of respondents had been exposed to information related to anemia, 56.6% of information was obtained from the internet and 72.7% had accessed information about anemia more than twice. 62.3% use google to search for information, and 74.2% have good exposure to information. Respondents' knowledge about anemia was mostly good, 67%. As much as 54.6% of respondents' behavior in preventing anemia was good. There is a significant relationship between information exposure and anemia prevention behavior with a nilai p of 0.016. **Conclusion:** There is a significant relationship between exposure to information about anemia and anemia prevention behavior.

Keywords: Information Exposure; Anemia Prevention

PENDAHULUAN

Perempuan membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki. Tabel Angka Kecukupan Gizi (AKG) mengatakan bahwa kebutuhan zat besi remaja perempuan usia 13-29 tahun adalah 26 mg, angka ini jauh lebih tinggi bila dibandingkan laki-laki pada usia yang sama. Pada perempuan, asupan zat besi tidak hanya digunakan untuk mendukung pertumbuhan, namun juga digunakan untuk mengganti zat besi yang hilang melalui darah yang keluar ketika mengalami menstruasi setiap bulan. Karena kebutuhan zat besi perempuan yang sangat tinggi tersebut, perempuan berisiko mengalami kekurangan zat besi, yang nantinya dapat berkembang menjadi anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

Dampak dari anemia tidak dapat dilihat langsung, tetapi dapat berlangsung lama dan mempengaruhi kehidupan remaja selanjutnya. Anemia pada remaja perempuan dapat berdampak panjang untuk dirinya dan juga untuk bayi yang akan dilahirkan kelak. Oleh karena itu sangat penting memastikan kebutuhan zat besi remaja terpenuhi pada saat ini untuk mencapai pertumbuhan yang optimal. Kekurangan zat besi atau anemia yang berlanjut sampai dewasa. Remaja perempuan yang sudah hamil dan menderita anemia dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur dan melahirkan bayi dengan berat badan rendah. (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24) (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Penelitian Umriaty tahun 2018 yaitu Faktor Maternal Yang Mempengaruhi kejadian Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) di Kota Tegal, dimana penelitian tersebut dilakukan terhadap 32 ibu yang melahirkan bayi BBLR sebagai kelompok perlakuan dan 32 ibu yang melahirkan bayi berat normal menunjukkan hasil bahwa anemia dalam kehamilan mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kejadian BBLR dengan nilai $p < 0,12$ (Umriaty, 2018).

Berbagai upaya untuk mengurangi anemia pada ibu hamil adalah tindakan pencegahan yang dilakukan pada remaja putri. Salah satunya adalah pemberian tablet tambah darah pada siswi baik ditingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) maupun siswi Sekolah Menengah Pertama). Penelitian Khammarnia, et al. (2015) menunjukkan hasil yang positif antara konsumsi tablet besi dengan nilai rata-rata akhir semester ($p = 0,003$). Ini berarti bahwa siswi yang memiliki nilai rata-rata tinggi mengkonsumsi tablet tambah darah lebih bagus daripada siswi yang memiliki nilai rata-rata rendah dengan kecenderungan tidak mengkonsumsi tablet tambah darah

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia mahasiswa adalah seseorang yang belajar di perguruan tinggi, di dalam struktur pendidikan di Indonesia mahasiswa memegang status pendidikan tertinggi diantara yang lain. Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada 19 masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif yaitu penelitian yang menganalisis hubungan sebab akibat dari suatu fenomena dimana yang menjadi variabel terikat adalah perilaku pencegahan anemia sedangkan variabel bebas adalah paparan informasi. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi yang menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi Kota Tegal yang terdiri dari tiga Perguruan Tinggi yaitu Universitas Pancasakti, Politeknik Harapan Bersama, dan Politeknik Keselamatan Transportasi Jalan. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan non probability sampling yaitu purposive sampling dimana sampel yang diambil dalam penelitian ini berdasarkan kriteria tertentu. Adapun kriterianya yaitu mahasiswi yang menempuh perguruan tinggi di Kota Tegal, berusia antara 17-21 tahun, dan mahasiswi tersebut belum menikah dan belum pernah keguguran/melahirkan. Kriteria eksklusi dari penelitian ini yaitu mahasiswi yang berumur > 21 tahun, yang sudah menikah atau pernah keguguran dan melahirkan. Dari kriteria sampel yang telah ditetapkan, maka diperoleh sampel sebanyak 403 mahasiswi. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni – Juli 2020 dengan menggunakan google form sebagai alat menyebarkan angket.

HASIL

Penelitian dilakukan terhadap 403 responden yang terdiri dari mahasiswi di beberapa perguruan tinggi Kota Tegal dan sekitarnya. Pada variabel bebas yaitu paparan informasi anemia, peneliti menggunakan sejumlah pertanyaan antara lain pengalaman mendapatkan informasi anemia, sumber informasi, frekuensi informasi, jumlah media informasi, dan penggunaan smartphone dalam mendapatkan informasi anemia. Sedangkan pada variabel terikat yaitu perilaku pencegahan anemia, peneliti menggunakan pertanyaan yang terdiri dari konsumsi sumber pangan hewani, konsumsi sayuran hijau, konsumsi buah yang mengandung vitamin C, konsumsi teh, dan konsumsi tablet tambah darah. Dari sejumlah pertanyaan tersebut maka didapatkan skor paparan informasi tentang anemia dan perilaku pencegahan anemia. Secara lengkap data tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat

Variabel	Jumlah	Persentase
Bidang Ilmu		
Kesehatan	239	59,3
Non Kesehatan	164	40,7
Tempat Tinggal		
Orang Tua	321	79,7
Kos	58	14,4
Keluarga Lain	19	4,7
Kontrakan	5	1,2
Jumlah Uang Saku		
< Rp 500.000	292	72,5%
Rp 500 – Rp 1.000.000	102	25,3
> Rp 1.000.000	9	40,7
Sumber Informasi Anemia		
Guru	79	19,6
Petugas Kesehatan	65	16,1
Teman	14	3,5
Orang Tua	17	4,2
Internet	228	56,6
Paparan Informasi Anemia		
Baik (skor < 7)	299	74,2
Kurang (skor \geq 7)	104	25,8
Pengetahuan		
Baik	270	67
Kurang	133	33
Perilaku Pencegahan Anemia		
Baik (skor < 15)	220	54,6
Kurang (skor \geq 15)	183	45,4

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berasal dari bidang ilmu kesehatan (59,3%), bertempat tinggal dengan orang tua (79,7%), mempunyai uang saku bulanan < Rp 500.000,- (72,5%), mendapatkan informasi tentang anemia dari internet (56,6%), mendapatkan paparan informasi yang baik (74,2%), mempunyai pengetahuan yang baik (67%), dan mempunyai perilaku yang baik dalam pencegahan anemia (54,6%).

Tabel 2. Perilaku Pencegahan Anemia

Perilaku	Tidak Pernah		Kadang-Kadang		Sering		Selalu	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Konsumsi protein hewani setiap hari	2	5	134	33,3	184	45,7	83	20,6
Konsumsi sayuran hijau dan kacang-kacangan setiap hari	10	2,5	174	43,2	141	35	78	19,4
Konsumsi buah yang mengandung vitamin C setiap hari	13	3,2	219	54,3	137	34	34	8,4
Minum teh bersamaan dengan makan besar	90	22,3	226	56,1	64	15,9	23	5,7
Konsumsi tabelt tambah darah saat menstruasi	256	63,5	120	29,8	9	2,2	18	4,5

Tabel 2 menunjukkan bahwa hanya 20% mahasiswa yang mengonsumsi protein hewani setiap hari, begitu juga dengan konsumsi sayuran hijau dan kacang-kacangan yang masih rendah (19,4%). Selain itu untuk konsumsi buah rutin setiap hari juga masih rendah (8,4%). Sebagian besar responden menyatakan kadang-kadang teh masih menjadi pilihan untuk minum ketika makan besar (56,1%). Untuk konsumsi tabelt tambah darah hanya 4,5% yang mengonsumsi setiap periode menstruasi datang.

Tabel 3. Tabel Silang dan Analisis Bivariat

Paparan Informasi	Perilaku Pencegahan Anemia				nilai p
	Baik		Kurang		
	f	%	F	%	
Baik	167	55,9	132	44,1	0,388
Kurang	53	51	51	49	

Hasil analisis uji bivariante antara variable bebas yaitu paparan informasi dengan variable terikat yaitu perilaku pencegahan anemia dengan menggunakan analisis *Chi Square* didapatkan nilai p sebesar 0,388. Hasil analisis tersebut menunjukkan nilai $p > \alpha$ sehingga H_0 diterima, berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara paparan informasi dengan perilaku pencegahan anemia.

PEMBAHASAN

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden (72,5%) menyatakan mendapatkan uang saku < Rp 500.000,- setiap bulan. Penelitian Suryani yang dilakukan pada siswi SMK Negeri 6 Palu menunjukkan bahwa responden yang tidak menderita anemia lebih banyak pada mereka yang mempunyai status sosial ekonomi tinggi dan yang mengalami anemia banyak terdapat pada responden dengan tingkat sosial ekonomi rendah. Analisis lebih lanjut didapatkan hubungan yang signifikan antara tingkat sosial ekonomi dengan status anemia pada remaja putri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebesar 56,6% responden mendapatkan informasi tentang anemia melalui internet. Seiring dengan perkembangan teknologi maka pencarian informasi kesehatan tidak hanya didominasi oleh petugas kesehatan. Penggunaan smartphone dewasa ini turut mempermudah seseorang dalam memperoleh informasi kesehatan. Akses informasi kesehatan dengan memanfaatkan penggunaan smartphone dapat berupa pencarian informasi melalui mesin pencari seperti Google maupun memanfaatkan media sosial.

Penelitian Nisaa dan Arifah tahun 2019 menunjukkan bahwa 52% remaja mengakses informasi kesehatan reproduksi melalui internet. Platform yang digunakan dalam pencarian informasi tersebut antara lain melalui website khusus (73,3%) dan media sosial (88,4%). Sebesar 80,2% responden mengakses informasi tersebut sebanyak 1-2 kali.

Belakangan ini media sosial menjadi platform yang paling banyak digunakan oleh pengguna internet. Terlepas dari kekurangan dalam penggunaannya, media sosial menjadi tempat untuk berbagi informasi termasuk informasi kesehatan. Zhao & Zhang (2017) dari School of Information Studies, University of Wisconsin-Milwaukee, Milwaukee, WI, USA melakukan penelitian yang bertujuan untuk membuat ringkasan penelitian mengenai bagaimana konsumen mencari informasi yang berhubungan dengan kesehatan dari media sosial. Hasil penelitian ini antara tahun 2011 sampai 2016 terdapat 21 kajian yang terkait dengan pencarian informasi kesehatan di media sosial. Variasi kebutuhan informasi setiap konsumen berbeda-beda tergantung masalah kesehatan yang diminati. Dengan mengakses informasi kesehatan melalui media sosial konsumen mengharapkan adanya dukungan sosial dan emosional dari interaksi antar teman.

Pada penelitian ini, selain mengakses informasi tentang anemia melalui internet, masih terdapat 19,6% responden yang mendapat informasi melalui guru pada jenjang pendidikan sebelumnya. Hasil penelitian Nugraheni dkk tahun 2018 menunjukkan bahwa siswa yang mendapatkan informasi anemia dari guru 82 % diantaranya mempunyai sikap yang positif terhadap pencegahan anemia. Guru, keluarga dan teman merupakan orang terdekat bagi remaja putri untuk mendapatkan informasi, termasuk informasi kesehatan yang berkaitan dengan anemia. Interaksi antara siswi dengan orang terdekat dapat memberikan dukungan dalam membentuk perilaku pencegahan anemia pada remaja putri.

Hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa mahasiswa dengan paparan informasi baik dan mempunyai perilaku pencegahan anemia yang baik sebesar 55,9%. Namun masih ada mahasiswi yang mendapatkan paparan informasi baik dan berperilaku pencegahan anemia kurang baik (44,1%). Secara statistik tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara paparan informasi dengan perilaku pencegahan anemia pada penelitian ini.

Banyak factor yang dapat menentukan perilaku kesehatan seseorang, termasuk perilaku dalam mencegah terjadinya anemia pada remaja putri. Pada penelitian Nurbaiti dimana diteliti sejumlah factor yang berhubungan dengan pencegahan anemia remaja ditemukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan (nilai p 0,002), peran keluarga (nilai p 0,021), peran tenaga kesehatan (nilai p 0,17), dan media informasi (nilai p 0,000) terhadap perilaku pencegahan anemia.

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa hanya 20,6% responden yang mengonsumsi protein hewani setiap hari. Hal ini senda dengan penelitian Insani 2019 yang dilakukan pada remaja putri menunjukkan bahwa sumber protein yang paling sering dikonsumsi adalah daging ayam, daging sapi dan telur ayam. Diantara ketiga sumber protein tersebut, telur ayam menjadi sumber protein yang paling sering dikonsumsi. Hasil penelitian tersbut juga menunjukkan responden belum bisa memenuhi kebutuhan protein harian sesuai dengan yang dianjurkan pemerintah. Remaja dianjurkan untuk mengonsumsi pangan hewani 2-4 porsi (setara dengan 80-160 g/2-4 potong daging ayam) sehari dan pangan protein nabati 2-4 porsi sehari (setara dengan 100-200 g/ 4-8 potong tempe ukuran sedang atau 200-400 g/ 4-8 potong tahu ukuran sedang) (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Pemerintah terus mengupayakan untuk memutus mata rantai anemia pada pada wanita dengan melakukan intensifikasi program pencegahan dan penanggulangan anemia. Sasarannya yaitu remaja putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Salah satu upaya yang dilakukan adalah suplementasi zat besi yang cukup memiliki fungsi dalam meningkatkan pembentukan haemoglobin. (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Penelitian Quraini pada tahun 2020 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol perilaku dengan niat untuk patuh dalam mengonsumsi tabelt tambah darah secara teratur.

KESIMPULAN

Kesimpulan

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini terdiri dari 89.6% mahasiswa yang sedang kuliah di Politeknik Harapan Bersama, dimana 59.3% adalah mahasiswa Prodi Kesehatan, 79.7% tinggal bersama orang tua dan 72.5% memiliki uang saku <Rp. 500.000.
2. 94.3% responden pernah terpapar informasi terkait anemia, 56.6% didapat 56.6% dari internet dan 72.7% pernah mengakses informasi tentang anemia lebih dari dua kali dimana 62.3% menggunakan google dalam mencari informasi, serta 74.2% memiliki paparan informasi yang baik.
3. 67% pengetahuan responden yang terpapar informasi anemia sudah baik
4. 54.6% perilaku responden dalam pencegahan anemia sudah baik
5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara paparan informasi dengan perilaku pencegahan anemia dengan nilai p sebesar 0.388.

Saran

1. Bagi Peneliti
Penelitian lanjutan dapat dilaksanakan untuk melihat paparan informasi tentang anemia yang berfokus pada penggunaan internet atau media sosial pada remaja putri.
2. Bagi Responden
Penelitian ini dapat menjadi pengingat bagi para remaja putri yang sudah pernah

mendapatkan informasi tentang anemia maupun tabelt tambah darah untuk kembali mengkonsumsi tabelt tambah darah secara rutin saat menstruasi.

3. Bagi Perguruan Tinggi

Perlu adanya kegiatan yang berhubungan dengan pencegahan anemia pada remaja putri maupun Wanita Usia Subur (WUS), mengingat pada tingkatan Perguruan Tinggi, seorang wanita akan lebih dekat dengan siklus reproduksi tahap berikutnya yang berhubungan dengan kehamilan dan persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Insani, H.M. 2019. Analisis Konsumsi pangan Remaja Dalam Sudut Pandang Sosiologi. *Sosietes Jurnal Pendidikan Sosiolog* Vol. 9 No. 2 issue 1, Desember 2019 (739-753).
- Khammarnia, Mohammad, Zahra Amani, Mahsa Hajmohammadi *et al.* 2015. *A Survey of Iron Supplementation Consumption and its Related Factors in High School Students in Southeast Iron, 2015*. Diakses tanggal 10 Januari 2107 dari <http://dx.doi.org/10.21315/mjms2016.23.5.8>
- Kementerian Kesehatan RI (2013). Riset Kesehatan dasar 2013. Badan penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia, (penyakit Menular). doi: <http://dx.doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. Pedoman Gizi seimbang. Jakarta (ID): Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Kementerian Kesehatan RI, (2016). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Pada Remaja Putrid an Wanita Usia Subur (WUS). Dikretorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI. 2020. KBBI Daring. Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa
- Nisaa, F. A. & Arifah, I. 2019. Akses Informasi Kesehatan Reproduksi dan Seksual Komprehensif Melalui Internet Pada Remaja SMA. Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat UMS. 14 Desember 2019.
- Notoatmodjo S. 2014. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan. Edisi Rev1*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Nugraheni, dkk. Tahun 2018. Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia di SMPN 1 Purwosari Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Keperawatan* Vol. XI No. 1 April 2018 (35-40)
- Suryani, dkk. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SK Negeri 6 Palu. *Jurnal Media Analis Kesehatan* Vlo. 11 No. , Juni 2020, (19-26). <https://doi.org/10.32382/mak.v11i1.1513>
- Umriaty. (2018). Faktor Maternal yang Mempengaruhi Kejadian Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) di Kota Tegal. *JI-KES; Jurnal Ilmu Kesehatan* Vol. 2 No. 1 Februari 2018 (67-72)
- Quraini, D.F, dkk. (2020). Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tabelt Tambah darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Public Health Promotion and Health Education* Vol. 8 No. 2 (2020) 154-162. <http://dx.doi.org/10.20473/jpk.V8.I2.2020.154-162>
- Zhao, Y., & Zhang, J. (2017). Consumer Health Infoemation Seeking in Sosial Media: A Literature Review. *Health Information & Liraries Journal*, 34 (4), 268-283. <https://doi.org/10.1111/hir.1219>