

Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dan Lingkungan Sekolah Dengan Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri

Husniyati Sajalia^{1*}, R. Supini²

^{1,2} DIII Kebidanan, STIKes Hamzar Lombok Timur

*Corresponding Author: sajalia@gmail.com

ABSTRAK

Remaja putri yang mengalami anemia berisiko menjadi wanita usia subur yang anemia, dan berlanjut menjadi ibu yang mengalami kekurangan energi kronis saat hamil. Kekurangan energi kronis pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko pertumbuhan janin terhambat, kelahiran prematur, BBLR, dan gangguan tumbuh kembang anak diantaranya adalah stunting. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan dukungan teman sebaya dan lingkungan sekolah dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri di MA Darussolihin NW Kalijaga. Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan pendekatan cross sectional, jumlah sampel 63 orang yang diambil menggunakan Teknik simple random sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan analisis data menggunakan uji spearman rank. Hasil uji statistic menunjukkan terdapat hubungan dukungan teman sebaya ($r=0,674$, $p\text{-value}=0.000$) dan lingkungan sekolah ($r=0,543$, $p\text{-value}=0.000$) dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

Kata kunci : Anemia; Remaja putri; Dukungan teman sebaya; Lingkungan sekolah

ABSTRACT

Adolescent girls who experience anemia are at risk of becoming anemic women of childbearing age and continue to become mothers who experience chronic energy deficiencies during pregnancy. Chronic energy deficiency in pregnant women can increase the risk of stunted fetal growth, premature birth, and child growth and development disorders, including stunting. This study aimed to analyze the relationship between peer support and the school environment with efforts to prevent anemia in adolescent girls at MA Darussolihin NW Kalijaga. This study is an observational analytical study with a cross-sectional approach. A sample of 63 people was taken using a simple random sampling technique. The instruments used were questionnaires and data analysis using the Spearman rank test. The statistical test results showed a relationship between peer support ($r=0.674$, $p\text{-value}=0.000$) and the school environment ($r=0.543$, $p\text{-value}=0.000$) with efforts to prevent anemia in adolescent girls.

Keywords : Anemia; Adolescent girls; Peer support; School environment

PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi dimana tubuh seseorang mengalami penurunan atau jumlah sel darah merah kurang dari normal (Kemenkes, 2023). Anemia dikatakan sebagai kondisi yang tidak mencukupi cadangan zat besi sehingga terjadi kekurangan penyaluran zat besi ke jaringan tubuh (Utami et al, 2021). Kondisi anemia berisiko lebih tinggi terjadi pada kelompok remaja putri, hal ini dikarenakan pada masa remaja terjadi percepatan pertumbuhan dan perkembangan, selain itu remaja putri mengalami menstruasi setiap

bulannya sehingga menyebabkan kebutuhan akan zat besi dalam tubuh meningkat (Herwandar, 2020).

Secara global prevalensi anemia adalah 29,9% terjadi pada usia reproduktif dengan rentang usia 15-49 tahun, setara dengan lebih dari setengah miliar wanita usia 15-49 tahun mengalami anemia (WHO, 2021). Secara nasional menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja adalah 32%, yang berarti bahwa 3-4 dari 10 remaja putri mengalami anemia.

Faktor yang menyebabkan tingginya prevalensi anemia pada remaja adalah rendahnya

asupan zat besi dan zat gizi lainnya, seperti asam folat, vitamin A, vitamin C, B12. Beberapa hal yang dapat ditimbulkan karena anemia pada remaja yaitu mengalami gangguan fungsi kognitif, daya konsentrasi menurun, pertumbuhan dan perkembangan terhambat, antibodi menurun, dan berisiko melahirkan bayi BBLR dan stunting (Utami et al, 2021). Remaja putri yang mengalami anemia akan berisiko menjadi wanita usia subur yang anemia, dan berlanjut menjadi ibu yang mengalami kekurangan energi kronis saat hamil. Kekurangan energi kronis pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko pertumbuhan janin terhambat, kelahiran prematur, BBLR, dan gangguan tumbuh kembang anak diantaranya adalah stunting (Kemenkes, 2022).

Upaya pemerintah dalam mengatasi masalah anemia khususnya pada remaja adalah dengan suplementasi zat besi dan asam folat melalui pemberian tablet tambah darah (TTD). Menurut data Riskesdas tahun 2018, cakupan pemberian tablet tambah darah adalah sebesar 76,2% remaja putri telah mendapatkann tablet tambah darah, namun remaja putri yang mengkonsumsi sesuai dengan anjuran hanya 1,4%. Alasan utama tidak meminum atau menghabiskan tablet tambah darah yang diperoleh dari fasilitas kesehatan maupun dari sekolah pada remaja putri umur 10-19 tahun adalah rasa dan bau yang tidak enak, merasa tidak perlu, dan lupa. Cakupan remaja putri yang mengkonsumsi tablet tambah darah 25-52 tablet di Kabupaten Lombok Timur tahun 2022

sebesar 38,35%, cakupan tersebut masih kurang dari target yaitu sebesar 54%.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan pengetahuan, dukungan teman sebaya, dan lingkungan sekolah dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri di MA Darussolihin NW Kalijaga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di MA Darussolihin NW Kalijaga sejumlah 74 orang, sedangkan sampel yang digunakan adalah sebagian remaja putri di MA Darussolihin NW Kalijaga sejumlah 63 orang yang diambil menggunakan teknik simple random sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, terdiri dari kuesioner pengetahuan, kuesioner dukungan teman sebaya, kuesioner lingkungan sekolah, dan kuesioner upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

Analisis univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan karakteristik subjek penelitian, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji spearman rank untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dan lingkungan sekolah dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini sejumlah 63 orang. Distribusi frekuensi karakteristik responden diuraikan dalam tabel 1.

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik	n	%
Umur		
15 Tahun	23	36.51
16 Tahun	40	63.49
Umur Haid Pertama Kali		
12 Tahun	8	12.70
13 Tahun	30	47.62
14 Tahun	21	33.33
15 Tahun	4	6.35

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar Remaja Putri

berumur 16 tahun sebanyak 40 orang (63,49%), dan umur haid pertama kali sebagian besar adalah 13 tahun sebanyak 30 orang (47,62%).

2. Analisis Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini antara lain dukungan teman sebaya, lingkungan sekolah, dan upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dukungan Teman Sebaya, Lingkungan Sekolah, dan Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri

Variabel	n	%
1 Dukungan Teman Sebaya		
Baik	18	28.6
Cukup	21	33.3
Kurang	24	38.1
2 Lingkungan Sekolah		
Baik	30	47.6
Cukup	28	44.4
Kurang	5	8
3 Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri		
Baik	21	33.3
Cukup	32	50.8
Kurang	10	15.9

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki dukungan teman sebaya dalam katagori kurang sebanyak 24 orang (38,1%), lingkungan sekolah sebagian besar dalam katagori baik sebanyak 30 orang (47.6%), dan sebagian besar upaya pencegahan anemia pada remaja putri berada pada katagori cukup sebanyak 32 orang (50,8%).

3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat untuk melihat adanya hubungan variabel independen (dukungan teman sebaya dan lingkungan sekolah) dengan variabel dependen (upaya pencegahan anemia pada remaja putri). Hasil analisis bivariat dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Uji Spearman rank Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Lingkungan Sekolah dengan Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri

Variabel	Upaya Pencegahan Anemia	
	r	p-value
Dukungan Teman Sebaya	.674	.000
Lingkungan Sekolah	.543	.000

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya dan

lingkungan sekolah memiliki hubungan secara statistik signifikan dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri di MA Darussolihin NW Kalijaga.

Pembahasan

1. Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di MA Darussolihin NW Kalijaga

Hasil analisis hubungan dukungan teman sebaya dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri diperoleh p-value 0.000, secara statistik dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan teman sebaya dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Uji statistik juga menunjukkan koefisien korelasi 0,674 yang berarti bahwa tingkat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan upaya pencegahan anemia adalah kuat, dan memiliki hubungan positif yang berarti bahwa semakin baik dukungan teman sebaya maka upaya pencegahan anemia pada remaja putri juga akan semakin baik.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Adila *et al* (2022), yang menyatakan bahwa secara statistik dukungan teman sebaya memiliki hubungan dengan upaya remaja putri dalam mencegah anemia saat menstruasi. Dukungan teman sebaya dapat berupa informasi, nasihat, umpan balik maupun sugesti. Dukungan yang diberikan dapat memberikan dorongan dalam pengambilan keputusan dan dalam berupaya melakukan pencegahan anemia saat menstruasi.

Teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku remaja satu sama lain, hal ini dapat terjadi karena pada perkembangan masa remaja cenderung melibatkan kelompok teman sebaya dibandingkan dengan orang tua ataupun keluarga. Hal ini dikarenakan remaja lebih banyak melakukan kegiatan di luar rumah seperti bermain dengan teman sebaya ataupun melakukan kegiatan sekolah (Amanda & Darmadja, 2020). Menurut Amanda & Darmadji (2020), *peer group* atau teman sebaya dapat saling memberikan atau bertukar informasi tentang pentingnya konsumsi tablet Fe dan saling mengingatkan satu sama lain, serta mendapatkan dorongan

secara emosional dan sosial untuk menjadi lebih independent dalam mengambil peran dan tanggung jawab terhadap perilaku sehat yang diadopsi.

2. Hubungan Lingkungan Sekolah dengan Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di MA Darussolihin NW Kalijaga

Hasil analisis hubungan lingkungan sekolah dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri diperoleh p-value 0.000, secara statistik dapat disimpulkan bahwa ada hubungan lingkungan sekolah dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Uji statistik juga menunjukkan koefisien korelasi 0,543 yang berarti bahwa tingkat hubungan antara lingkungan sekolah dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri adalah kuat, dan memiliki arah hubungan positif yang berarti bahwa semakin baik lingkungan sekolah maka upaya pencegahan anemia pada remaja putri juga akan semakin baik.

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Marfiah et al (2022), menyatakan bahwa terdapat hubungan antara lingkungan sekolah dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri dengan odd ratio 3,056 (1,111-8,404) yang berarti remaja putri dengan lingkungan sekolah positif berpeluang 3 kali lebih besar memiliki perilaku pencegahan anemia positif dibandingkan dengan remaja putri dengan lingkungan sekolah negatif.

Lingkungan sekolah meliputi guru, staf, kantin, UKS, yang dapat membantu dan mendukung siswi untuk mengetahui tentang makanan yang bergizi ataupun kebiasaan makan yang baik dan sehat. Selain itu lingkungan sekolah juga berperan terhadap terlaksananya upaya pemerintah dalam mengatasi masalah anemia dengan suplementasi zat besi dan asam folat melalui pemberian tablet tambah darah (TTD). Sekolah dapat mengingatkan dan membantu siswi untuk meminum tablet tambah darah, serta dapat

merujuk ke Puskesmas atau Fasilitas Kesehatan lainnya jika menemukan tanda-tanda anemia (Wiguna, 2022).

KESIMPULAN

Simpulan pada penelitian ini yaitu sebagian besar remaja putri memiliki dukungan teman sebaya dalam katagori kurang sebanyak 24 orang (38,1%), lingkungan sekolah sebagian besar dalam katagori baik sebanyak 30 orang (47.6%), dan sebagian besar upaya pencegahan anemia pada remaja putri berada pada katagori cukup sebanyak 32 orang (50,8%). Terdapat hubungan dukungan teman sebaya ($r=0,674$, $p\text{-value}=0.000$) dan lingkungan sekolah ($r=0,543$, $p\text{-value}=0.000$) dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Adila AM, Ramadhan N, Mufida Z, Surury I, Handari AR. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Upaya Pencegahan Anemia saat Menstruasi pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*. Vol. 13, No.1: 39-46.
- Amanda A & Darmadja S. (2020). Pengaruh Enam Variabel terhadap Perilaku Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*. Vol. 10, No.3: 83-95
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). Laporan Risesdas 2018. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Herwandar, F. R., & Soviyati, E. (2020). Perbandingan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Premenarche Dan Postmenarche Di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*. Vol 11, No. 1: 71–82.
- Kemenkes. (2022). Remaja Bebas Anemia: Konsentrasi Belajar Meningkat, Bebas Prestasi. Kementerian Kesehatan RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/remaja-bebas-anemia-konsentrasi-belajar-meningkat-bebas-prestasi> diakses pada 28 Desember 2023
- Kemenkes. (2023). Mengenal Gejala Anemia pada Remaja. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementrian

- Kesehatan RI.
<https://promkes.kemkes.go.id/mengenal-gejala-anemia-pada-remaja>
 diakses pada 5 April 2023.
- Marfiah, Putri R, Yolandia RA. (2022). Hubungan Sumber Informasi, Lingkungan Sekolah, dan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMK Amaliyah Srengseng Sawah Tahun 2022. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*. Vol 2, No. 2: 551-562.
- Pemerintah Kabupaten Lombok Timur. (2022). Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Tahun 2022. Lombok Timur: Pemerintah Kabupaten Lombok Timur.
- Situmeang AMN, Apriningsih, Makkiyah FA, Wahyuningtyas W. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Sosioekonomi dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Desa Sirnagalih Bogor. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*. Vol 8, No.1: 32-39.
- Utami A, Margawati A, Pramono D, Wulandari DR. (2021). Anemia pada Remaja Putri. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- WHO. (2021). WHO Global Anaemia estimates, 2021 Edition Global anaemia estimates in women of reproductive age, by pregnancy status, and in children aged 6-59 months. https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children diakses pada 8 April 2023.
- Wiguna AS, Noor MS, Skripsiana NS. (2022). Pengaruh Lingkungan Sekolah Terhadap Perilaku Smaik Ukhuwah Banjarmasin. *Homeostasis*. 2022;5:111–118