



**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA  
DI PONDOK PESANTREN AL-MA'SUDIYAH BLATER 02  
KABUPATEN SEMARANG TAHUN 2019**

**ARTIKEL**

**Oleh :  
QUROTUL AINI  
NIM. 030218A108**

**PROGRAM STUDI D-IV KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO  
UNGERAN  
2019**

## LEMBAR PENGESAHAN ARTIKEL

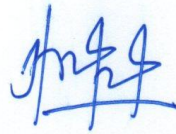
Artikel dengan judul “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Pondok Pesantren Al-Ma’sudiyah Blater 02 Kabupaten Semarang Tahun 2019” yang disusun oleh :

Nama : QURROTUL AINI  
Nim : 030218A108  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : DIV Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo

Telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing utama skripsi program studi DIV Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, Juli 2019

Pembimbing Utama



Heni Setyowati, S.SiT., M.Kes  
NIDN. 0617038002

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA  
DI PONDOK PESANTREN AL-MA'SUDIYAH BLATER 02  
KABUPATEN SEMARANG TAHUN 2019**

**Qurotul Aini<sup>1</sup>**

**Heni Setyowati, S.SiT.,M.Kes<sup>2</sup>**

**Eti Salafas, S.SiT.,M.Kes<sup>3</sup>**

Program Studi D IV Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Ngudi Waluyo Ungaran

[qurotulainisutomo28@gmail.com](mailto:qurotulainisutomo28@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Menurut Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2009, jumlah penduduk di Jawa Tengah adalah 33.561.468 jiwa dengan jumlah remaja usia 12-17 tahun 3.878.474 jiwa. Di Indonesia prevalensi anemia pada remaja tahun 2013, yaitu 22%. Diketahui bahwa pengetahuan remaja putri tentang anemia di Jawa Tengah tahun 2018 yaitu 22,8%.

**Tujuan:** untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang anemia di pondok pesantren al-ma'sudiyah blater 02 kabupaten Semarang.

**Metode:** Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri di pondok pesantren al-ma'sudiyah blater 02 kabupaten Semarang. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, sedangkan analisis data dilakukan dengan analisis univariat yang menghasilkan distribusi frekuensi.

**Hasil:** Tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia pada remaja putri di pondok pesantren al-ma'sudiyah blater 02 kabupaten Semarang pada kategori baik sebanyak 36 responden (45,0%), pengetahuan cukup sebanyak 32 responden (40,0%), dan pengetahuan kurang sebanyak 12 responden (15,0%).

**Kesimpulan:** Tingkat pengetahuan remaja putri di pondok pesantren al-ma'sudiyah blater 02 kabupaten Semarang sebagian besar dalam kategori baik yaitu sebanyak 36 responden (40,0%).

**Saran:** Untuk remaja putri di pondok pesantren al-ma'sudiyah lebih baik lagi dalam mengerti anemia agar tahu bagaimana mengatasi anemia.

**Kata kunci** : Pengetahuan, Remaja Putri, Anemia

**Kepustakaan** : 8 (2010-2016)

## ABSTRACT

**Background:** According to the 2009 National Socio-Economic Survey (Susenas), the population in Central Java was 33,561,468 people with the number of adolescents aged 12-17 years 3,878,474. In Indonesia the prevalence of anemia in adolescents in 2013 was 22%. It was learned that the knowledge of young women about anemia in Central Java in 2018 was 22.8%.

**Objective:** to describe the knowledge of young women about anemia in the al-ma'sudiyah blater 02 Islamic boarding school in Semarang district.

**Method:** The design of this study was descriptive with a cross sectional approach. The population in this study was that all young women were boarded by the al-ma'sudiyah blater 02 Islamic boarding school in Semarang. The instrument used was a questionnaire, while data analysis was carried out by univariant analysis that produced a frequency distribution.

**Results:** The level of knowledge of young women about anemia in young women in the al-ma'sudiyah blater 02 Islamic boarding school in the good category was 36 respondents (45.0%), sufficient knowledge as many as 32 respondents (40.0%), and knowledge less than 12 respondents (15.0%).

**Conclusion:** The level of knowledge of young women in the al-ma'sudiyah blater 02 Islamic boarding school in Semarang Regency is mostly in the good category as many as 36 respondents (40.0%).

**Suggestion:** For young women in al-ma'sudiyah Islamic boarding school, it is better to understand anemia in order to know how to overcome anemia.

**Keywords** : Knowledge, Young Women, Anemia

**References** : 8 (2010-2016)

## PENDAHULUAN

Remaja merupakan tahap di mana seseorang mengalami sebuah masa transisi menuju dewasa. Remaja adalah tahap umur yang datang setelah masa kanak-kanak berakhir, ditandai oleh pertumbuhan fisik yang cepat. Remaja dalam masyarakat dikenal dengan berbagai istilah yang menunjukkan kelompok umur yang tidak termasuk kanak-kanak tetapi bukan pula dewasa pada umumnya, anemia lebih sering terjadi pada wanita di bandingkan dengan pria. Yang sangat disayangkan adalah kebanyakan penderita tidak tahu atau tidak menyadarinya. Bahkan ketika tahu pun masih menganggap anemia sebagai masalah sepele (yusuf,2011).

Anemia adalah suatu keadaan ketika jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin (protein pengangkut oksigen) dibawah normal.Semakin berat keadaan penyakit ini sebelum hamil maka semakin tinggi risiko terjadinya komplikasi dan kematian selama hamil (Sasrawati, 2010).

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) (2010), Penduduk Indonesia sebanyak 233 juta jiwa dan 26,8% atau 63 juta jiwa adalah remaja berusia 10 sampai 24 tahun. Sedangkan Menurut Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2009, jumlah penduduk di Jawa Tengah dalah 33.561.468 jiwa dengan jumlah remaja usia 12-17 tahun 3.878.474 jiwa. Di Indonesia prevelensi anemia pada remaja tahun 2006, yaitu 28% (Depkes RI,2007). Usia 19-45 tahun 39,5%. Dari semua kelompok umur tersebut, wanita memiliki risiko paling tinggi untuk menderita anemia. (Sihotang and Febriany,2012).

Menurut *World Health Organization* WHO (2013) prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Sedangkan di Asia Tenggara, *World Health Organization* (WHO) *Regional Office South East Asia Region Organisation* (SEARO) menyatakan bahwa 25-40% remaja putri menjadi penderita anemia defisiensi zat besi tingkat ringan sampai berat (Tim Poltekkes Depkes Jakarta I, 2010). Di Indonesia, data kemenkes (2013) mengatakan bahwa prevalensi anemia pada kelompok usia remaja  $\geq 15$  tahun sebesar 22,7%, Provinsi Jawa Tengah sendiri, prevalensi anemia gizi besi pada wanita sebesar 22,8% (Depkes RI, 2016).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Pondok Pesantren Al'Masudiyah putri Blater 02 Kab. Semarang pada tahun 2019, dari 400 santriwati putri, peneliti melakukan studi pendahuluan kepada dengan wawancara dan pemeriksaan kadar hemoglobin kepada 10 santriwati, didapatkan 8 orang (80%) remaja mengalami anemia. Hasil wawancara dari 10 (100%) tidak mengetahui tentang penyebab anemia, kadar normal hemoglobin, makanan yang mengandung zat besi, dampak anemia dan terapi anemia. Belum pernah ada penyuluhan yang dikhususkan tentang anemia, dan belum pernah ada pemeriksaan kadar hemoglobin di Pondok Pesantren ini.

Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Mas’udiyah Putri 2 Bleter Kab. Semarang”.

## **Tujuan Penelitian**

### **Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Pondok Pesantren Al-Ma’sudiyah Putri Bleter 2 Kab.Semarang Tahun 2019.

### **Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui pengetahuan santri tentang anemia berdasarkan pengertian anemia pada remaja putri di pondok pesantren Al-Ma’sudiyah Blaster 02 Ungaran Tahun 2019.
2. Untuk mengetahui pengetahuan santri tentang anemia berdasarkan gejala dari anemia pada remaja putri di pondok pesantren Al-Ma’sudiyah Blaster 02 Ungaran Tahun 2019.
3. Untuk mengetahui pengetahuan santri tentang anemia berdasarkan dampak anemia pada remaja putri di pondok pesantren al-ma’sudiyah blaster 02 ungaran tahun 2019.
4. Untuk mengetahui pengetahuan santri tentang anemia berdasarkan cara mengatasi anemia pada remaja putri di pondok pesantren al-ma’sudiyah blaster 02 ungaran tahun 2019.

## **Manfaat Penelitian**

1. Bagi santri putri yang anemia

Memberikan informasi kepada santri tentang masalah anemia khususnya anemia defisiensi zat besi serta akibat yang ditimbulkannya, sehingga pelajar putri dapat mencegah dirinya agar tidak terkena anemia defisiensi zat besi.

2. Bagi institusi Universitas Ngudi Waluyo

Sebagai masukan informasi, bahan bacaan sebagai sarana menambah khasanah ilmu pengetahuan serta dapat menjadi bahan bacaan atau sumber informasi bagi peneliti selanjutnya yang dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa demi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya kebidanan.

3. Bagi tempat penelitian

Sebagai bahan bacaan untuk menambah pengetahuan dan sebagai masukan informasi bagi pihak yayasan tentang anemia terhadap remaja saat ini sehingga pihak sekolah dapat membantu kualitas dan kuantitas pendidikan dalam bidang kesehatan.

4. Manfaat peneliti

Sebagai sarana untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu yang telah diberikan dalam rangka pengembangan kemampuan diri dan pengalaman berharga dalam memperluas wawasan pengetahuan peneliti tentang anemia pada remaja serta sebagai syarat dalam menyelesaikan studi DIV Kebidanan di Universitas Ngudi Waluyo.

## **Metode**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Deskriptif* dengan metode pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di pondok pesantren al-ma’sudiyah blater 02 kabupaten semarang pada bulan mei 2019

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri pondok pesantren al-ma’sudiyah blater 02 kabupaten semarang. Sampel dalam penelitian ini adalah 37 santri putri di pondok pesantren al-ma’sudiyah blater 02 kabupaten semarang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *quota sampling*. Prosedur pengambilan data primer dengan menggunakan kuesioner ke responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Pondok Pesantren Al-Ma'sudiyah Putri Bleter 2 Kab.Semarang Tahun 2019.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Pondok Pesantren Al-Ma'sudiyah Putri Bleter 2 Kab.Semarang Tahun 2019.

Pengetahuan Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	2	5,4
Cukup	8	21,6
Baik	27	73,0
Total	37	100,0

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan remaja putri tentang anemia di Pondok Pesantren Al-Ma'sudiyah Putri Bleter 2 Kab.Semarang Tahun 2019 pada kategori baik sebanyak 27 responden (73,0%), kategoricukup sebanyak 8 responden (21,6%) dan kurang sebanyak 2 responden (5,4%).

### B. Pengetahuan santri tentang anemia berdasarkan pengertian anemia pada remaja putri di pondok pesantren Al-Ma'sudiyah Blaster 02 Ungaran Tahun 2019.

Tabel 2. Distribusi frekuensi santri tentang anemia berdasarkan pengertian anemia pada remaja putri di pondok pesantren Al-Ma'sudiyah Blaster 02 Ungaran Tahun 2019.

Pengertian Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	2	5,4
Cukup	4	10,8
Baik	31	83,8
Total	37	100,0

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan santri tentang pengertian anemia di Pondok Pesantren Al-Ma'sudiyah Putri Bleter 2 Kab.Semarang Tahun 2019 pada kategori baik sebanyak 31 responden (83,8%), cukup sebanyak 4 responden (10,8%) dan kurang sebanyak 2 responden (5,4%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri mengenai pengertian anemia dalam kategori baik sebanyak 31 orang (83,8%). Hal ini bisa dilihat dari hasil observasi kuesioner yang di isi oleh responden bahwa pada indikator pengertian pada point pertanyaan nomor "1" ada sebanyak 36 responden (97,3%) responden yang menjawab benar. Hal ini sama dengan teori Anemia gizi besi adalah anemia yang timbul karena kekurangan zat besi sehingga pmbentukkan sel-sel darah merah dan fungsi lain dalam tubuh terganggu (Andriani,2012). Perolehan pengetahuan yang baik bagi santri di karenakan sebelumnya ada penyuluhan yang dilakukan di pondok pesantren al-ma'sudiyah blater 02 kabupaten semarang. Sehingga pengetahuan santri baik tentang pengetahuan anemia. Dimana juga di dalam pondok sendiri sekarang sudah tersedia nya UKS ( unit kesehatan santri ) sehingga memudahkan santri untuk bisa mendapatkan pengobatan jika di perlukan.

### C. Pengetahuan santri tentang anemia berdasarkan gejala dari anemia pada remaja putri di pondok pesantren Al-Ma'sudiyah Blaster 02 Ungaran Tahun 2019.

Tabel 3. Distribusi frekuensi santri tentang anemia berdasarkan gejala anemia pada remaja putri di pondok pesantren Al-Ma'sudiyah Blaster 02 Ungaran Tahun 2019.

Gejala Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	2	5,4
Cukup	19	51,4
Baik	16	43,2
Total	37	100,0

Berdasarkan tabel 3. menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan santri tentang gejala anemia di Pondok Pesantren Al-Ma'sudiyah Putri Bleter 2 Kab.Semarang Tahun 2019 pada kategori cukupsebanyak 19 responden (51,4%), kategoricukup sebanyak 16 responden (43,2%) dan kurang sebanyak 2 responden (5,4%). Berdasarkan Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan santri di pondok pesantren al-masudiyah blater 02

kabupaten semarang tentang gejala anemia di kategorikan cukup hal ini bisa dilihat dari jawaban santri pada nomor 8 dengan pernyataan “tidak bergairah, konsentrasi belajar terganggu merupakan tanda dari gejala anemia” dengan 31 santri (83,8%) santri menjawab salah, dikarenakan acuhnya sikap santri tentang pengetahuan anemia atau tidak perdulinya santri dengan kesehatan diri sendiri. dimana menurut teori Hari bowo (2008) tentang gejala anemia yang di bagi menjadi 3 golongan: 1. Gejala Umum anemia. Gejala anemia disebut juga sebagai sindrom anemia atau *Anemic syndrome*. Gejala umum anemia atau sindrom anemia adalah gejala yang timbul pada semua jenis anemia pada kadar hemoglobin yang sudah menurun sedemikian rupa di bawah titik tertentu. Gejala ini timbul karena anoksia organ target dan mekanisme kompensasi tubuh terhadap penurunan hemoglobin. 2. Gejala Khas Masing-masing anemia. 3. Gejala Akibat Penyakit Dasar.

Menurunkan semangat, konsentrasi dan prestasi belajar. Mengganggu pertumbuhan sehingga tidak bisa mencapai tinggi badan optimal. Menurunkan prestasi olahraga (Kemenkes, 2016). Dimana baiknya pengetahuan remaja tentang anemia di pengaruhi oleh faktor pendidikan hal ini sesuai dengan teori (Wawan dan Dewi, 2010) yang menjelaskan bahwa pengetahuan seseorang berdasarkan pendidikan, pekerjaan, umur, lingkungan dan sosial budaya. Hal ini sesuai dengan jurnal Zela Ubaidillah<sup>1</sup>, Budi Santosa<sup>2</sup>, Agustin Rahmawati<sup>3</sup> dengan judul Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Kelas Xi Terhadap Pencegahan Anemia Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan Di Sma Filial Negeri 1 Gubug.

**D. Pengetahuan santri tentang anemia berdasarkan dampak anemia pada remaja putri di pondok pesantren al-ma'sudiyah blaster 02 ungaran tahun 2019.**

Tabel 4. Distribusi frekuensi santri tentang anemia berdasarkan dampak anemia pada remaja putri di pondok pesantren Al-Ma'sudiyah Blaster 02 Ungaran Tahun 2019.

Dampak Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	2	5,4
Cukup	4	10,8
Baik	31	83,8
Total	37	100,0

Berdasarkan tabel 4. menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan santri tentang dampak anemia di Pondok Pesantren Al-Ma'sudiyah Putri Bleter 2 Kab.Semarang Tahun 2019 pada kategori baik sebanyak 31 responden (83,8%), cukup sebanyak 4 responden (10,8%) dan kurang sebanyak 2 responden (5,4%). dampak anemia dalam kategori Baik sebanyak 31 orang (83,8%). Hal ini dapat di lihat dari hasil observasi kuesioner yang di isi oleh responden pada indikator pertanyaan tentang dampak anemia pada point pertanyaan nomor “11” ada sebanyak 36 responden (97,3%) responden yang menjawab benar. Hal ini sama dengan teori (Widyastuti, 2008) keajdian anemia pada pada anak-anak dapat berdampak pada menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar menurun. Sedangkan dampak anemia pada remaja putri atau wanita usia subur dapat menurunkan daya tahan tubuh menurun. Selain itu pada indikator tentang cara mengatasi anemia ada pada point pertanyaan nomor “17” dimana ada sebanyak 36 responden (97,3%) responden menjawab benar. Dimana baiknya pengetahuan remaja tentang dampak dan cara mengatasi anemia di pengaruhi oleh sikap setiap orang hal ini sesuai dengan teori (Azwar, 2005) yang menjelaskan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan sikap adalah pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, pendidikan, agama, dan media massa. Hal ini sesuai dengan jurnal Sophie Devita Sihotang<sup>1</sup>, Nunung Febriany<sup>2</sup>. Dengan judul penelitian Pengetahuan Dan Sikap Remaja Puteri Tentang Anemia Defisiensi Besi Di SMA Negeri 15 Medan.

**E. Pengetahuan santri tentang anemia berdasarkan cara mengatasi anemia pada remaja putri di pondok pesantren al-ma'sudiyah blaster 02 ungaran tahun 2019.**

Tabel 5. Distribusi frekuensi santri tentang anemia berdasarkan cara mengatasi anemia pada remaja putri di pondok pesantren Al-Ma'sudiyah Blaster 02 Ungaran Tahun 2019.

Pengertian Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	2	5,4
Cukup	2	5,4
Baik	33	89,2
Total	37	100,0

Berdasarkan tabel 5. menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan santri tentang cara mengatasi anemia di Pondok Pesantren Al-Ma'sudiyah Putri Bleter 2 Kab.Semarang Tahun 2019 pada kategori baik sebanyak 33 responden (89,2%), kategoricukup sebanyak 2 responden (5,4%) dan kurang sebanyak 2 responden (5,4%). mengatasi anemia ada pada point nomor "17" dengan pernyataan " makan makanan yang bergizi yang banyak mengandung zat besi seperti sayur hijau bisa menambah kadar hemoglobin dalam darah " dimana ada sebanyak 36 responden (97,3%) responden menjawab benar. Menurut (Depkes,206) mencegah anemia dengan:

1. Makan-makanan yang banyak mengandung zat besi dari bahan makanan hewani (daging,ikan,ayam,hati,telur) dan bahan makanan nabati (sayuran berwarna hijautua,kacang-kacangan, tempe).
2. Makan sayur-sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C (daun katuk, daun singkong, bayam jambu, tomat, jeruk dan nanas) sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam usus
3. Menambah pemasukan zat besikedalam tubuh dengan minum Tablet Tambah Darah(TTD)

Dimana baiknya pengetahuan remaja tentang dampak dan cara mengatasi anemia di pengaruhi oleh sikap setiap orang hal ini sesuai dengan teori (Azwar,2005) yang menjelaskan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan sikap adalah pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, pendidikan, agama, dan media massa. Hal ini sesuai dengan jurnal Sophie Devita Sihotang<sup>1</sup>, Nunung Febriany<sup>2</sup>. Dengan judul penelitian Pengetahuan Dan Sikap Remaja Puteri Tentang Anemia Defisiensi Besi Di Sma Negeri 15 Medan.

**F. Pengetahuan santri tentang anemia berdasarkan cara mengatasi anemia pada remaja putri di pondok pesantren al-ma'sudiyah blaster 02 ungaran tahun 2019.**

Tabel 6. Distribusi jawaban pengetahuan santri tentang anemia pada remaja putri di pondok pesantren Al-Ma'sudiyah Blaster 02 Ungaran Tahun 2019.

No	Pertanyaan	Benar		Salah	
		f	%	f	%
1	Anemia adalah keadaan dimana rendahnya sel darah merah dalam darah	36	97,3	1	2,7
2	Anemia yang timbul karena kehilangan zat besi sehingga pembentukan sel-sel darah merah dan fungsi lain dalam tubuh terganggu	34	91,9	3	8,1
3	Kadar HB normal adalah 12mg/dl	28	75,7	9	24,3
4	Laki-laki lebih rentan terkena anemia daripada perempuan	32	86,5	5	13,5
5	Anemia bisa berdampak pada pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak bertambah secara optimal	21	56,8	16	43,2
6	Lemah,letih, lesu, lalai, merupakan gejala anemia	37	100,0	0	0,0
7	Kelopak mata, bibir, lidah, kulit, dan telapak tangan menjadi pucat merupakan gejala anemia	35	94,6	2	5,4
8	Tidak bergairah, konsentrasi belajar terganggu merupakan tanda dari gejala anemia	6	16,2	31	83,8
9	Bibir pecah-pecah tidak di jumpai pada anemia	35	94,6	2	5,4
10	Gangguan haid bukan merupakan gejala anemia	14	37,8	23	62,2
11	Salah satu tanda dari anemia adalah daya tahan tubuh menurun	36	97,3	1	2,7
12	Anemia dapat berdampak menurunkan prestasi	20	54,1	17	45,9
13	Salah satu dampak dari anemia adalah muka menjadi pucat	35	94,6	2	5,4
14	Anemia berdampak meningkatkan konsentrasi belajar	32	86,5	5	13,5
15	Anemia dapat menjadikan tubuh menjadi bugar dan vit	31	83,8	6	16,2



No	Pertanyaan	Benar		Salah	
		f	%	f	%
16	Cara untuk mencegah anemia adalah mengkonsumsi tablet fe	33	89,2	4	10,8
17	Makan makanan yang bergizi yang banyak mengandung zat besi seperti sayur hijau bisa menambah kadar HB dalam darah	36	97,3	1	2,7
18	Koseling pada remaja merupakan cara membantu remaja untuk mencegah anemia	31	83,8	6	16,2
19	Minum tablet fe setiap hari dapat mengakibatkan anemia	35	94,6	2	5,4
20	Mengkonsumsi vit c dapat menghambat penyerapan zat besi	20	54,1	17	45,9

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Pengetahuan remaja putri tentang anemia sebagian besar di kategorikan baik sebanyak 27 orang (73,0%).
2. Pengetahuan remaja putri tentang pengertian anemia sebagian besar di kategorikan baik sebanyak 31 orang (83,8%).
3. Pengetahuan remaja putri tentang gejala anemia sebagian besar dikategori cukup sebanyak 19 orang (43,2%).
4. Pengetahuan remaja putri tentang dampak anemia sebagian besar dikategorikan baik sebanyak 31 orang (83,8%).
5. Pengetahuan remaja putri tentang cara mengatasi anemia sebagian besar dikategorikan baik sebanyak 33 orang (89,2%)

### Saran

1. Bagi Masyarakat  
Diharapkan masyarakat khususnya remaja putri atau wanita usia subur, keluarga dan tokoh masyarakat memberikan dukungan kepada keluarga dalam lingkup pengetahuan, informasi dan motivasi untuk melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) guna meningkatkan terutama deteksi dini anemia.
2. Bagi Peneliti  
Diharapkan peneliti selanjutnya perlu dilakukan penelitian lebih mengenai kadar hemoglobin bukan hanya memberi informasi atau penyuluhan tentang anemia. Menambah variable penelitian yang belum ada pada penelitian ini
3. Bagi santri putri  
Diharapkan kepada santri agar menambah pengetahuan masalah anemia khususnya anemia defisiensi zat besi serta akibat yang ditimbulkannya, sehingga pelajar putri dapat mencegah dirinya agar tidak terkena anemia defisiensi zat besi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M dan Wirjatmadi, B., *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana. 2014.
- Azwar, S. (2005). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Departemen Kesehatan RI. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia 2015*. Departemen Kesehatan RI: Jakarta.
- Depkes RI, 2009. *Sistem Kesehatan Nasional*: Jakarta.
- Depkes RI. 2016. *Pogram Penanggulangan Anemia Gizi pada Wanita Usia Subur (WUS)*: Jakarta.
- Hayati, RM. 2010. *Pengetahuan dan Sikap Anemia Defisiensi Besi dan Dampaknya terhadap Kesehatan Reproduksi di IAIN Medan Tahun 2009/2010*. Universitas Sumatera Utara: Medan.
- Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta I. 2010. *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Salemba Medika: Jakarta.

- Wawan dan Dewi. 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- WHO. 2013. *About Cardiovascular diseases*. World Health Organization. Geneva. Cited July 15th 2014. Available from URL : [http://www.who.int/cardiovascular\\_diseases/about\\_cvd/en/](http://www.who.int/cardiovascular_diseases/about_cvd/en/) accessed on.
- World Health Organization. 2011. *The World Medicine Situation 2011 3ed*. Rational Use of Medicine : Geneva.
- Yusuf, Syamsu. 2011. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.

## LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPON

Kepada Yth.  
Calon responden penelitian  
Di Dusun Pondok Pesantren Al-Ma'sudiyah Blater 02

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa program studi DIV Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.

Nama : QUROTUL AINI

Nim : 030218A108

Akan mengadakan penelitian dengan judul “Gambaran Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Di Dusun Reksosari Desa Reksosari Kecamatan Suruh Kabupaten Semarang”. Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat merugikan bagi responden, kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan hanya dipergunakan untuk kepentingan dalam usaha mengembangkan ilmu pengetahuan.

Dengan surat permohonan ini saya ajukan atas kesediaan saudara sekalian, Penulis sampaikan terimakasih.

Peneliti

(Qurotul Aini)

**PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN**  
**PENELITIAN GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA**  
**PUTRI DI PONDOK PESANTREN AL-MA'SUDIYAH BLATER 2 KAB.SEMARANG**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, merupakan siswi

Nama :

No. Identitas Siswa :

Bersedia menjadi sampel penelitian yang dilakukan oleh Indah QUROTUL AINI berjudul "Gambaran Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri DI pondok pesantren al-ma'sudiyah blater 2 kab. semarang". Dari awal sampai akhir penelitian dan akan menjalankan dengan sebaik-baiknya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Atas ketersediaan dan partisipasinya kami mengucapkan terima kasih.

Ungaran, 2019

Mengetahui,

Responden

Peneliti

(.....)

(Qurotul Aini)

