



Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Berisiko Anemia pada Remaja Putri di SMK Pariwisata Imelda Medan Tahun 2025

Factors Associated with Anemia Risk Behavior in Female Adolescents at SMK Pariwisata Imelda Medan in 2025

Dian Maya Sari Siregar*¹, Winda Agustina², Limse Niat Gea³, Neni Ekowati Januariana⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Kesehatan Masyarakat, Institut kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

e-mail: *dianmayasari.srg@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: Anemia is a nutritional problem worldwide, including in Indonesia. Adolescent girls are more prone to anemia, which can have both short-term and long-term negative impacts on their health, productivity, and readiness to become future mothers. The World Health Organization (2023) reported that the global prevalence of anemia among women aged 15–49 years is 30%. The North Sumatra Provincial Health Office (2023) stated that the prevalence of anemia among adolescent girls is 65.32%. Objective: To determine the factors associated with anemia risk behavior among adolescent girls at SMK Pariwisata Imelda Medan. Materials and Methods: This study employed a quantitative design with a cross-sectional approach. The population consisted of all female students in grades X and XI, totaling 406 individuals. A sample of 201 respondents was selected using stratified random sampling. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test. Results: The study showed a significant association between knowledge, attitudes, sources of information, and teacher roles with anemia risk behavior among adolescent girls, with p -values of $0.00 < \alpha = 0.05$. Meanwhile, parental roles were not associated with anemia risk behavior among adolescent girls, with a p -value of $0.073 > \alpha = 0.05$. Conclusion: There is a significant relationship between knowledge, attitudes, sources of information, and teacher roles with anemia risk behavior among adolescent girls, whereas parental roles have no relationship with anemia risk behavior in adolescent girls.

Keywords: Factors, Risk Behavior, Anemia, Adolescent Girls.

PUBLISHED BY :

Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Parepare
Address :
Jl. Jend. Ahmad Yani Km. 6, Lembah Harapan
Kota Parepare, Sulawesi Selatan.
Email :
jurnalmakes@gmail.com
Phone :
+62 853 3520 4999

Article history:

Submitted 17 Desember 2025
Accepted 7 Januari 2026
Available online 8 Januari 2026



ABSTRAK

Pendahuluan; Anemia merupakan masalah gizi di dunia, termasuk Indonesia. Anemia lebih rentan terjadi pada remaja putri dan dapat memberikan dampak negatif jangka pendek maupun jangka panjang terhadap kesehatan, produktivitas serta kesiapan mereka menjadi calon ibu. World Health Organization tahun 2023 melaporkan prevalensi anemia secara global sebesar 30% wanita berusia 15–49 tahun terkena anemia. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara (2023) menyatakan prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 65,32%. Tujuan; untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri di SMK Pariwisata Imelda Medan. Bahan Dan Metode; desain penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan rancangan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas X dan XI sebanyak 406 orang. Sampel sebanyak 201 orang diambil menggunakan teknik stratified random sampling. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji Chi Square. Hasil; penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan, sikap, sumber informasi dan peran guru dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri dengan nilai p masing-masing $= 0,00 < \alpha = 0,05$. Sementara peran orangtua tidak berhubungan dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri dengan nilai $p = 0,073 > \alpha = 0,05$. Kesimpulan; ada hubungan antara pengetahuan, sikap, sumber informasi, dan peran guru dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri, sementara peran orangtua tidak memiliki hubungan dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri.

Kata kunci: Faktor, Perilaku Berisiko, Anemia, Remaja Putri

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi di dunia, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Anemia lebih rentan terjadi pada remaja putri. Hal ini disebabkan zat gizi yang dibutuhkan remaja putri meningkat pada saat memasuki masa pubertas, karena membutuhkan zat besi dua kali lipat pada saat mengalami menstruasi, selain itu remaja putri seringkali melakukan diet yang keliru untuk menurunkan berat badan demi tampil ideal, sehingga melakukan pola makan yang salah dengan mengurangi asupan protein hewani yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin dalam darah (1).

Anemia akan memberikan dampak negatif jangka panjang dan dampak negatif jangka pendek pada remaja putri. Dampak negatif jangka panjang yang timbul pada remaja dengan anemia yaitu pada saat remaja putri tersebut nantinya menjadi seorang ibu hamil dan akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta berpotensi menimbulkan komplikasi yang berisiko tinggi pada kehamilan dan persalinan. Seperti terjadinya keguguran, perdarahan, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), Atonia uteri, retensio plasenta dan bahkan bisa menyebabkan kematian pada ibu dan anak sehingga perlu dilakukan deteksi secara dini. Dampak negatif jangka pendek yang terjadi pada remaja putri anemia memiliki dampak pada kesehatan yaitu menurunnya imunitas, konsentrasi belajar, kebugaran, dan produktivitas (2).

World Health Organization (WHO) tahun 2023 melaporkan prevalensi anemia secara global, diperkirakan 40% dari seluruh anak berusia 6–59 bulan, 37% wanita hamil, dan 30% wanita berusia 15–49 tahun terkena anemia. Anemia menyebabkan 50 juta tahun kehidupan sehat hilang karena kecacatan. Penyebab terbesarnya adalah kekurangan zat besi dalam makanan, talasemia, penyakit sel sabit, dan

malaria. Anemia diperkirakan menyerang setengah miliar wanita berusia 15–49 tahun dengan 30% (539 juta) wanita tidak hamil dan 37% (32 juta) wanita hamil (3).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang dipublikasi oleh Kemenkes tahun 2022, prevalensi anemia pada anak usia 5-14 tahun tercatat sebesar 26,8%, sedangkan pada kelompok usia 15-24 tahun mencapai 32%. Dengan kata lain, sekitar 3 dari 10 anak di Indonesia mengalami anemia. Kasus anemia yang masih tinggi ini sangat erat kaitannya dengan kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), dimana 8,3 juta dari 12,1 juta remaja putri tidak mengonsumsi TTD yang membuat mereka berisiko anemia (4).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan (Dinkes) Provinsi Sumatera Utara tahun 2023 mencatat bahwa angka anemia pada remaja putri masih cukup tinggi. Prevalensi anemia pada remaja putri sebanyak 6.532 jiwa atau sebesar 65,32% di Provinsi Sumatera Utara (5). Sementara itu, profil Dinas Kesehatan Kota Medan tahun 2023 mencatat bahwa prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 13,68% atau sebanyak 1.368 jiwa (6).

Salah satu upaya pemerintah untuk menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia adalah dengan melakukan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Upaya ini telah resmi dilakukan sejak tahun 2016 sesuai dengan ederan Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Nomor HK.03.03/V/2016 tentang pemberian tablet tambah darah pada remaja putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Pemberian TTD ini dilakukan untuk remaja putri usia 12-18 tahun melalui UKS/M di institusi pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat). Cara pemberian TTD dengan dosis yang diberikan yaitu 1 (satu) tablet per minggu sepanjang tahun (7).

Dalam rangka meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri diperlukan pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang anemia, bahaya, dampak, dan penanggulangannya, termasuk suplementasi TTD untuk remaja putri. Upaya tersebut perlu dilakukan secara luas, melalui media penyebarluasan informasi dan edukasi kepada seluruh tenaga kesehatan, guru, kader termasuk kader kesehatan sekolah dan semua stakeholder terkait. Selanjutnya informasi tersebut diteruskan dalam memberikan edukasi kepada remaja putri (8).

Pada remaja putri penyebab anemia dapat bervariasi, namun yang paling umum adalah defisiensi zat besi, defisiensi vitamin B12, dan defisiensi asam folat. Penyebab lainnya adalah adanya gangguan penyerapan zat besi, pola menstruasi yang tidak normal, adanya penyakit infeksi, kurang pengetahuan terkait gizi dan anemia, serta tidak rutin konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) (2). Namun, secara langsung anemia terutama disebabkan karena produksi/kualitas sel darah merah yang kurang dan kehilangan darah baik secara akut/menahun (1).

Selain itu, penyebab anemia pada remaja juga putri dipengaruhi oleh faktor perilaku berisiko. Dalam Teori L.Green ada 3 faktor yang memengaruhi terbentuknya perilaku, diantaranya adalah faktor predisposisi (predisposing factors), faktor pendukung (enabling factors), dan faktor pendorong (reinforcing factors). Faktor predisposisi, yakni faktor-faktor yang mempermudah terjadinya perilaku

seseorang. Faktor-faktor ini terwujud dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, dan lain-lain. Faktor pendukung, yakni faktor-faktor yang memfasilitasi suatu perilaku. Faktor-faktor ini terwujud kedalam sarana dan prasarana kesehatan. Faktor pendorong, yakni faktor-faktor yang mendorong atau memperkuat terjadinya suatu perilaku. Faktor-faktor ini terwujud dalam sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lain yang merupakan kelompok referensi perilaku masyarakat (9).

Pengetahuan memiliki peran dalam pelaksanaan pencegahan risiko anemia pada anak sekolah, hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo dimana pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (9). Dalam pencegahan anemia pada remaja, pengetahuan dapat dijadikan dasar penting pembentukan perilaku pencegahan, hal ini dikarenakan perilaku pencegahan anemia akan terbentuk apabila ditunjang oleh pengetahuan yang cukup tentang upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Sikap merupakan reaksi atau respons yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Secara definitif sikap berarti suatu keadaan jiwa dan keadaan berfikir yang disiapkan untuk memberikan tanggapan terhadap suatu objek yang diorganisasikan melalui pengalaman serta mempengaruhi secara langsung atau tidak langsung pada praktik atau tindakan. Sikap sebagai suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan (10).

Selain itu, ketersediaan pelayanan kesehatan juga sangat penting dalam pencegahan anemia. Untuk itu, pelayanan kesehatan siswa yang dilakukan melalui peran UKS adalah suatu bentuk upaya dalam pencegahan, peningkatan derajat kesehatan, pengobatan serta pemulihan yang dilakukan pada siswa di sekolah yang pelaksanaannya melibatkan guru dan petugas kesehatan. Program UKS ini perlu ditingkatkan agar dapat memfasilitasi perilaku hidup bersih dan sehat siswa disekolah termasuk upaya pencegahan resiko anemia pada remaja (11).

Media informasi juga memegang peran yang cukup besar dalam mengubah pengetahuan dan menanamkan sikap positif. Sehingga dibutuhkan upaya yang maksimal penyebaran informasi kesehatan tentang pencegahan risiko anemia pada remaja melalui media cetak, elektronik atau pemanfaatan media sosial. Hal ini sesuai dengan teori Menurut Notoatmodjo menyatakan bahwa semakin sering diberikan informasi akan terjadi perubahan perilaku yang bersifat tetap (9).

Peran guru juga sangat berpengaruh pada pencegahan anemia. Hal ini karena guru dianggap sebagai tokoh penting bagi anak sekolah. Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Guru juga berperan sebagai fasilitator utama di sekolah untuk menggali, mengembangkan, dan mengoptimalkan potensi peserta didik. Anak sekolah lebih dapat menerima informasi dan mengikuti contoh yang disampaikan oleh guru dibandingkan pihak lain (12).

Selain peran guru di sekolah, peran orangtua dirumah juga sangat penting bagi remaja dalam membantu mereka mencegah anemia. Interaksi antara anak dan orang tua merupakan determinan utama

sikap anak. Sikap orang tua dan sikap anak cenderung untuk selalu sama sepanjang hidup. Peran orang tua dalam mendidik anak sangat menentukan pembentukan karakter dan perkembangan kepribadian anak. Selanjutnya hubungan komunikasi yang baik antara orang tua dan anak akan menciptakan saling memahami terhadap masalah keluarga, khususnya mengenai problematika remaja, sehingga akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku yang dibawa anak yang sesuai dengan nilai – nilai yang ditanamkan kepada anak oleh orang tua mereka (13).

Penelitian terdahulu dilakukan oleh Panyuluh, dkk, dengan judul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Penyebab Anemia Pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Ulum Kabupaten Kendal Tahun 2018. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku penyebab anemia pada siswi di Pondok Pesantren Darul Ulum Kabupaten Kendal. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara sikap dan perilaku guru dengan perilaku penyebab anemia ($p=0,036$). Disarankan agar dilakukan penyuluhan kepada guru tentang program pendidikan kesehatan di asrama (14).

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Kamilah dengan judul Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Berisiko Anemia Pada Remaja Putri Tahun 2021. Metodologi penelitian ini merupakan penelitian dengan desain Literature Review, dengan melakukan pencarian di google scholar melalui tahapan pemilihan sesuai kriteria inklusi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri. Hasil penelitian didapatkan bahwa faktor yang berhubungan dengan perilaku berisiko anemia pada remaja mencakup pengetahuan, sikap, pendidikan, dan pendapatan, Media informasi, sarana prasarana serta peran orangtua dan peran guru (15).

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan di SMK Pariwisata Imelda Medan kepada 10 remaja putri, terdapat 7 orang yang memiliki perilaku berisiko anemia. Dari segi pengetahuan mereka, masih banyak yang kurang paham mengenai anemia mulai dari pengertian, penyebab dan dampaknya. Selain itu, mereka juga tidak senang mengonsumsi tablet tambah darah, lebih sering mengonsumsi makanan siap saji dan kebiasaan mengonsumsi minuman berkafein. Mereka juga tidak sering mengakses informasi kesehatan mengenai anemia serta tidak mendapat edukasi baik dari guru di sekolah maupun orangtua di rumah. Sementara 3 orang lainnya memiliki perilaku tidak berisiko, dimana mereka memahami dan tahu tentang anemia, mulai dari pengertian, penyebab, dampak, dan pencegahannya. Mereka juga selalu mengonsumsi tablet tambah darah, melakukan pemeriksaan kesehatan jika mengalami gejala-gejala anemia dan senang mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi serta senang mengakses informasi kesehatan mengenai anemia di media sosial meskipun tidak mereka dapat dari guru dan orangtua. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri di SMK Pariwisata Imelda Medan tahun 2025.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional. Lokasi penelitian ini dilakukan di SMK Pariwisata Imelda Medan yang beralamat di Jl. Bilal No.48, Glugur Darat I, Kecamatan Medan Timur, Kota Medan Provinsi Sumatera Utara. Penelitian ini dilakukan mulai pada bulan Desember tahun 2024 sampai dengan bulan Agustus tahun 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas 10 dan kelas 11 di SMK Pariwisata Imelda Medan sebanyak 406 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 201 orang remaja putri. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik pengambilan sampel secara acak stratifikasi (*stratified random sampling*). Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi Square*.

HASIL

Analisi Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Umur			
1.	Remaja Awal (15-17 tahun)	148	73,6
2.	Remaja Akhir (18-21 tahun)	53	26,4
Total		201	100,0
Kelas			
1.	X	102	50,7
2.	XI	99	49,3
Total		201	100,0
Jurusan			
1.	Akomodasi Perhotelan	21	10,4
2.	Tata Kecantikan	75	37,3
3.	Tata Boga	72	35,8
4.	Tata Busana	33	16,4
Total		201	100,0

Berdasarkan tabel di atas hasil menunjukkan bahwa responden yang memiliki umur 15-17 tahun sebanyak 148 responden (73,6%), dan responden yang memiliki umur 18-21 tahun sebanyak 53 responden (26,4%). Selanjutnya responden yang kelas X sebanyak 102 responden (50,7%) dan kelas XI sebanyak 99 responden (49,3%). Sementara itu, karakteristik responden berdasarkan jurusan dapat dilihat bahwa sebanyak 21 responden (10,4%) dengan jurusan Akomodasi Perhotelan, sebanyak 75 responden (37,3%) dengan jurusan Tata Kecantikan, sebanyak 72 responden (35,8%) dengan jurusan Tata Boga dan sebanyak 33 responden (16,4%) dengan Jurusan Tata Busana.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategori Pengetahuan, sikap, sumber informasi, peran guru, peran orangtua dan perilaku berisiko anemia pada Remaja Putri di SMK Pariwisata Imelda Medan Tahun 2025

Variabel	f	%
Pengetahuan		
Kurang	136	67,7
Cukup	33	16,4
Baik	32	15,9
Total	201	100,0
Sikap		
Negatif	120	59,7
Positif	81	40,3
Total	201	100,0
Sumber Informasi		
Kurang	128	63,7
Baik	73	36,3
Total	201	100,0
Peran Guru		
Kurang	155	77,1
Baik	46	22,9
Total	201	100,0
Peran Orangtua		
Kurang	144	71,6
Baik	57	28,4
Total	201	100,0
Perilaku Berisiko Anemia		
Berisiko	153	76,1
Tidak Berisiko	48	23,9
Total	201	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi berdasarkan kategori pengetahuan menunjukkan bahwa dari 201 responden yang berpengetahuan kurang sebanyak 136 responden (67,7%), pengetahuan cukup sebanyak 33 responden (16,4%) dan pengetahuan baik sebanyak 32 responden (15,9%). Berdasarkan kategori sikap menunjukkan bahwa responden yang memiliki sikap negatif sebanyak 120 responden (59,7%), dan yang memiliki sikap positif sebanyak 81 responden (40,3%). Berdasarkan kategori sumber informasi menunjukkan bahwa responden yang mendapatkan sumber informasi kurang sebanyak 128 responden (63,7%), dan yang mendapatkan sumber informasi baik sebanyak 73 responden (36,3%). Berdasarkan kategori peran guru menunjukkan bahwa dari 201 responden yang mendapatkan peran guru kurang sebanyak 155 responden (77,1%), dan yang mendapatkan peran guru baik sebanyak 46 responden (22,9%). Berdasarkan kategori peran orangtua menunjukkan bahwa responden yang mendapatkan peran orangtua kurang sebanyak 144 responden (71,6%), dan yang mendapatkan peran orangtua baik sebanyak 57 responden (28,4%). Berdasarkan kategori perilaku berisiko anemia menunjukkan bahwa dari 201 responden sebanyak 153 responden (76,1%) memiliki perilaku berisiko dan sebanyak 48 responden (23,9%) memiliki perilaku tidak berisiko anemia.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan, Sikap, Sumber Informai, Peran Guru dan Peran Orangtua dengan Perilaku Berisiko Anemia pada Remaja Putri di SMK Pariwisata Imelda Medan Tahun 2025

Variabel	Perilaku Berisiko Anemia						p-value
	Berisiko		Tidak Berisiko		Jumlah		
	f	%	f	%	f	%	
Pengetahuan							
Kurang	123	61,2	13	6,5	136	67,7	0,000
Cukup	25	12,4	8	4,0	33	16,4	
Baik	5	2,5	27	13,4	32	15,9	
Jumlah	153	76,1	48	23,9	201	100,0	
Sikap							
Negatif	115	57,2	5	2,5	120	59,7	0,000
Positif	38	18,9	43	21,4	81	40,3	
Jumlah	153	76,1	48	23,9	201	100,0	
Sumber Informai							
Kurang	123	61,2	5	2,5	128	63,7	0,000
Baik	30	14,9	43	21,4	73	36,3	
Jumlah	153	76,1	48	23,9	201	100,0	
Peran Guru							
Kurang	133	66,2	22	10,9	155	77,1	0,000
Baik	20	10,0	26	12,9	26	22,9	
Jumlah	153	76,1	48	23,9	201	100,0	
Peran Orangtua							
Kurang	115	57,2	29	14,4	144	71,6	0,073
Baik	38	18,9	19	9,5	57	28,4	
Jumlah	153	76,1	48	23,9	201	100,0	

Berdasarkan tabel 3. di atas, hasil menunjukkan bahwa yang berpengetahuan kurang dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 123 responden (61,2%) dan tidak berisiko sebanyak 13 responden (6,5%). Responden yang berpengetahuan cukup dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 25 responden (12,4%) dan tidak berisiko sebanyak 8 responden (4,0%). Responden yang berpengetahuan baik dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 5 responden (2,5%) dan tidak berisiko sebanyak 27 responden (13,4%). Hasil uji statistik *Chi-Square (Pearson Chi-Square)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p \leq 0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri.

Berdasarkan tabel 3. hasil menunjukkan bahwa yang memiliki sikap negatif dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 115 responden (57,2%) dan tidak berisiko sebanyak 5 responden (2,5%). Sementara yang memiliki sikap positif dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 38 responden (18,9%) dan tidak berisiko sebanyak 43 responden (21,4%). Hasil uji statistik *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p \leq 0,05$) yang

berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara sikap dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri.

Berdasarkan tabel 3. hasil menunjukkan bahwa yang mendapatkan sumber informasi kurang dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 123 responden (61,2%) dan tidak berisiko sebanyak 5 responden (2,5%). Sementara yang mendapatkan sumber informasi baik dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 30 responden (14,9%) dan tidak berisiko sebanyak 43 responden (21,4%). Hasil uji statistik *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) diperoleh nilai *p-value* = 0,000 ($p \leq 0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara sumber informasi dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri.

Berdasarkan tabel 3. hasil menunjukkan bahwa peran guru kurang dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 133 responden (66,2%) dan tidak berisiko sebanyak 22 responden (10,9%). Sementara peran guru baik dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 20 responden (10,0%) dan tidak berisiko sebanyak 26 responden (12,9%). Hasil uji statistik *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) diperoleh nilai *p-value* = 0,000 ($p \leq 0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara peran guru dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri.

Berdasarkan tabel 3. hasil menunjukkan bahwa peran orangtua kurang dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 115 responden (57,2%) dan tidak berisiko sebanyak 29 responden (14,4%). Sementara peran orangtua baik dengan perilaku berisiko anemia sebanyak 38 responden (18,9%) dan tidak berisiko sebanyak 19 responden (9,5%). Hasil uji statistik *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) diperoleh nilai *p-value* = 0,073 ($p \geq 0,05$) yang berarti H_0 diterima dan H_a ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara peran orangtua dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Berisiko Anemia pada Remaja Putri di SMK Pariwisata Imelda Medan Tahun 2025

Hasil uji statistik Chi-Square (Pearson Chi-Square) pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) diperoleh nilai *p-value* = 0,000 ($p \leq 0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri.

Sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Situmeang, dkk dengan judul Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Sosioekonomi dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Desa Sirnagalih, Bogor Tahun 2022. Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia adalah pengetahuan (*p-value* 0,005) (16).

Sesuai juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Mularsih dengan judul Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi di SMK Nusa Bhakti Kota Semarang Tahun 2020, Hasil penelitian mendapatkan nilai $p = 0,000$, dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia pada saat menstruasi di SMK Nusa Bhakti Semarang (17).

Pengetahuan merupakan hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan. Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda. Pengetahuan memiliki peran dalam pelaksanaan pencegahan risiko anemia pada anak sekolah. Dalam pencegahan anemia pada remaja pengetahuan dapat dijadikan dasar penting pembentukan perilaku pencegahan, hal ini dikarenakan perilaku pencegahan anemia akan terbentuk apabila ditunjang oleh pengetahuan yang cukup tentang upaya pencegahan anemia pada remaja putri (9).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah ingatan, kesaksian, minat, rasa ingin tahu, pikiran dan penalaran, logika, bahasa dan kebutuhan manusia. Selain itu, Notoatmodjo tahun 2002 memaparkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah tingkat pendidikan, informasi, budaya, dan pengalaman. Oleh karena itu, pengetahuan selalu menuntut adanya subjek yang mempunyai kesadaran untuk mengetahui tentang sesuatu dan objek yang merupakan sesuatu yang dihadapi. Jadi bisa dikatakan pengetahuan adalah hasil tahu manusia terhadap sesuatu, atau segala perbuatan manusia untuk memahami suatu objek tertentu (10).

Peneliti berasumsi bahwa pengetahuan sangat memengaruhi perilaku remaja putri dalam melakukan pencegahan atau justru meningkatkan risiko anemia. Remaja yang memiliki pengetahuan yang cukup mengenai penyebab, gejala, dampak, serta cara pencegahan anemia, cenderung akan memiliki sikap dan perilaku yang lebih positif dalam menjaga kesehatannya, seperti menjaga pola makan, mengonsumsi tablet tambah darah, dan rutin memeriksakan kesehatannya. Sebaliknya, remaja yang memiliki pengetahuan kurang mengenai anemia akan mendorong munculnya perilaku berisiko. Kurangnya pemahaman tentang pentingnya zat besi, perilaku sehat, siklus menstruasi, manfaat tablet tambah darah serta akibat jangka panjang dari anemia, dapat menyebabkan remaja mengabaikan kebutuhan nutrisinya dan menjalani gaya hidup yang tidak sehat. Ketidaktahuan ini bisa menyebabkan mereka mengabaikan tanda-tanda awal anemia sehingga berisiko mengalami kondisi tersebut.

Oleh karena itu, upaya peningkatan pengetahuan mengenai anemia pada kalangan remaja sangat penting. Seperti melalui edukasi kesehatan, penyuluhan di sekolah, atau kampanye kesehatan remaja, akan berkontribusi positif dalam membentuk perilaku remaja putri dalam mencegah dan menurunkan prevalensi perilaku berisiko anemia. Sehingga dengan begitu remaja putri akan semakin tahu betapa

pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin seperti melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin darah untuk mendeteksi dan mencegah anemia.

Hubungan Sikap dengan Perilaku Berisiko Anemia pada Remaja Putri di SMK Pariwisata Imelda Medan Tahun 2025

Hasil uji statistik Chi-Square (Continuity Correction) pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) diperoleh nilai p-value = 0,000 ($p \leq 0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara sikap dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri.

Sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Situmeang, dkk dengan judul Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Sosioekonomi dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Desa Sirnagalih, Bogor Tahun 2022. Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia sikap (p-value 0,021) (16).

Sesuai juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Izdihar, dkk dengan judul Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Puteri di Sma It Ukhuwah Banjarmasin Tahun 2022, Hasil dari penelitian menunjukkan terdapat 28 responden (65%) mempunyai sikap positif dengan perilaku pencegahan baik sebanyak 20 responden (46%) dan perilaku kurang sebanyak 8 orang (19%). Keterkaitan antara sikap dengan perilaku pencegahan anemia memiliki p-value = 0,001 (18).

Sikap merupakan reaksi atau respons yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Secara definitif sikap berarti suatu keadaan jiwa dan keadaan berfikir yang disiapkan untuk memberikan tanggapan terhadap suatu objek yang diorganisasikan melalui pengalaman serta mempengaruhi secara langsung atau tidak langsung pada praktik atau tindakan. Sikap sebagai suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan (10).

Sikap mempunyai tiga komponen pokok yaitu: kepercayaan (keyakinan), ide, dan konsep terhadap suatu objek, kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek dan kecenderungan untuk bertindak (tend to behave). Ketiga komponen ini secara bersama – sama membentuk sikap yang utuh (total attitude). Dalam penentuan sikap yang utuh ini, pengetahuan, pikiran, keyakinan, dan emosi memegang peranan penting (19).

Faktor-faktor yang memengaruhi pembentukan sikap bisa diperoleh lewat pengalaman yang akan menimbulkan pengaruh langsung terhadap perilaku berikutnya. Pengaruh langsung tersebut dapat berupa predisposisi perilaku yang akan direalisasikan hanya apabila kondisi dan situasi memungkinkan. Selain itu, ada juga orang yang cenderung akan memiliki sikap yang disesuaikan atau sejalan dengan sikap yang dimiliki orang yang dianggap berpengaruh atau pengaruh dari lingkungan sekitarnya. Tidak semua bentuk sikap ditentukan oleh situasi lingkungan dan pengalaman pribadi seseorang. Kadang-kadang

suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi, yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego (10).

Peneliti berasumsi bahwa sikap remaja putri terhadap kesehatan, khususnya terhadap anemia, berpengaruh besar terhadap perilaku mereka dalam mencegah atau justru meningkatkan risiko anemia. Sikap yang positif terhadap pentingnya menjaga asupan gizi, minum tablet tambah darah secara rutin, serta memperhatikan tanda-tanda gejala anemia, diperkirakan akan mendorong remaja untuk menjalani perilaku hidup sehat dan menghindari kebiasaan berisiko.

Pembentukan sikap remaja putri sangat dipengaruhi oleh faktor sosial seperti teman sebaya, media sosial, serta tokoh panutan di lingkungan sekolah maupun keluarga. Jika lingkungan sekitar menunjukkan sikap positif terhadap gaya hidup sehat, maka remaja cenderung ikut mengadopsi perilaku tersebut. Sebaliknya, jika lingkungan cenderung abai terhadap masalah kesehatan, maka remaja akan lebih mudah mengabaikan pentingnya pencegahan anemia.

Sehingga peneliti menyimpulkan bahwa dengan sikap yang positif dan konsisten terhadap pencegahan anemia, maka risiko perilaku yang dapat memicu anemia pada remaja putri dapat diminimalkan. Oleh karena itu, dalam upaya mengubah perilaku berisiko, penting untuk membentuk dan memperkuat sikap remaja yang proaktif dan bertanggung jawab terhadap kesehatannya sendiri, terutama dalam hal pemenuhan kebutuhan zat besi dan pola makan seimbang.

Hubungan Sumber Informasi dengan Perilaku Berisiko Anemia pada Remaja Putri di SMK Pariwisata Imelda Medan Tahun 2025

Hasil uji statistik Chi-Square (Continuity Correction) pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) diperoleh nilai p-value = 0,000 ($p \leq 0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara sumber informasi dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri.

Sejalan dengan penelitian terdahulu dilakukan oleh Marfiah, Putri, dan Yolandia dengan judul Hubungan Sumber Informasi, Lingkungan Sekolah, dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di SMK Amaliyah Srengseng Sawah Tahun 2022. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa hubungan antara sumber informasi p-value (0,018). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sumber informasi dengan perilaku pencegahan anemia di SMK Amaliyah Srengseng Sawah (20).

Sumber informasi adalah media atau alat saluran untuk mendapatkan informasi dan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan bagi masyarakat atau penerima pesan tersebut. Makin sering orang mengakses informasi maka makin banyak pengetahuan yang didapat dan sebaliknya apabila seseorang tidak pernah mengakses informasi maka makin sedikit pengetahuan yang didapat (9).

Media informasi memegang peran yang cukup besar dalam mengubah pengetahuan dan menanamkan sikap positif. Sehingga dibutuhkan upaya yang maksimal penyebaran informasi kesehatan tentang pencegahan risiko anemia pada remaja melalui media cetak, elektronik atau pemanfaatan media sosial. Hal ini sejalan dengan teori Notoatmodjo yang menyatakan bahwa ada atau tidak adanya informasi mengenai kesehatan atau fasilitasi kesehatan akan mempengaruhi perilaku seseorang terhadap pencegahan kesehatan. Semakin sering diberikan informasi akan terjadi perubahan perilaku yang bersifat tetap (9).

Peneliti berasumsi bahwa sumber informasi juga dapat membantu remaja putri dalam meningkatkan pengetahuan dan wawasannya untuk keberhasilan dalam membentuk perilaku yang positif dalam mencegah terjadinya anemia. Pemberian informasi merupakan suatu masukan (input) dan keluaran (output), untuk mencapai tujuan yaitu perubahan tindakan individu harus ditunjang oleh faktor materi, faktor pemberi informasi, dan alat bantu yang digunakan.

Selain itu, banyak remaja putri belum memiliki kemampuan literasi informasi kesehatan yang baik, sehingga meskipun mereka menerima informasi, mereka belum tentu memahami atau menerapkannya dalam perilaku sehari-hari. Hal ini berpotensi menyebabkan perilaku berisiko tetap terjadi, seperti konsumsi makanan cepat saji, melewatkan sarapan, atau tidak minum tablet tambah darah secara teratur. Apalagi jika kurang dukungan informasi dari keluarga, terutama orang tua, menyebabkan remaja tidak mendapatkan pemahaman yang cukup mengenai pentingnya menjaga asupan gizi, kebersihan menstruasi, dan konsumsi zat besi. Hal ini dapat memperburuk risiko terjadinya anemia sejak dini.

Dengan demikian, semakin banyak informasi-informasi kesehatan yang diterima dan didapatkan seperti tentang cara mencapai hidup sehat, cara pemeliharaan kesehatan, cara menghindari penyakit, dan sebagainya maka akan meningkatkan pengetahuan mereka tentang hal tersebut. Selanjutnya dengan pengetahuan-pengetahuan itu akan menimbulkan kesadaran mereka, dan akhirnya menyebabkan orang berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya. Oleh karena itu, peran sumber informasi sangat penting dalam membentuk perilaku remaja, karena semakin sering dan konsisten remaja putri mendapatkan informasi kesehatan dari berbagai sumber terpercaya, maka kemungkinan mereka untuk memiliki perilaku sehat akan meningkat.

Hubungan Peran Guru dengan Perilaku Berisiko Anemia pada Remaja Putri di SMK Pariwisata Imelda Medan Tahun 2025

Hasil uji statistik Chi-Square (Continuity Correction) pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) diperoleh nilai p-value = 0,000 ($p \leq 0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara peran guru dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rukmaini dan Chandra dengan judul Hubungan Peran Tenaga Kesehatan, Guru, dan Orangtua terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Perilaku Pencegahan Anemia di Kabupaten Tangerang Tahun 2022. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai p untuk masing-masing faktor adalah: peran guru = 0,017 yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara peran guru dengan pengetahuan pada remaja putri tentang pencegahan anemia (21).

Peran guru juga sangat berpengaruh pada pencegahan anemia. Hal ini karena guru dianggap sebagai tokoh penting bagi anak sekolah. Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Guru juga berperan sebagai fasilitator utama di sekolah untuk menggali, mengembangkan, dan mengoptimalkan potensi peserta didik. Anak sekolah lebih dapat menerima informasi dan mengikuti contoh yang disampaikan oleh guru dibandingkan pihak lain (12).

Pendidikan memberikan pengaruh besar pada perilaku seseorang, begitu juga halnya dengan pendidikan yang didapatkan remaja putri di sekolah dan guru sebagai fasilitator utamanya. Rendahnya pengetahuan dan kesadaran seseorang terhadap kesehatan dan penyakit, dapat mengakibatkan penyakit-penyakit yang terjadi dalam dirinya sering sulit terdeteksi. Pendidikan kesehatan sangat diperlukan dan sekolah merupakan sarana yang baik bagi pendidikan kesehatan serta merupakan perpanjangan tangan pendidikan kesehatan bagi keluarga. Oleh karena itu lingkungan sekolah, baik lingkungan fisik atau lingkungan sosial yang sehat, akan sangat memengaruhi terhadap perilaku sehat seseorang. Makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah menerima informasi sehingga semakin banyak juga pengetahuan yang dimiliki (19).

Peneliti berasumsi bahwa peran guru ini sangat penting dalam mendukung perubahan perilaku remaja putri, karena selain fasilitator utama di sekolah Guru juga sebagai fasilitator komunikasi dengan orang tua murid agar memperhatikan status gizi kesehatan remaja putri. Sebagai figur otoritatif dan sumber informasi di lingkungan sekolah, guru dapat menjadi agen edukatif yang mampu memberikan pemahaman mengenai pentingnya pola makan sehat, konsumsi tablet tambah darah, serta dampak anemia terhadap prestasi belajar dan aktivitas sehari-hari.

Guru yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai anemia dan berperan aktif dalam memberikan edukasi kesehatan mampu mendorong remaja putri untuk menerapkan perilaku sehat. Misalnya, guru dapat menyisipkan informasi tentang anemia dalam mata pelajaran yang relevan atau melalui kegiatan ekstrakurikuler dan promosi kesehatan di sekolah. Upaya ini dipercaya dapat meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kadar hemoglobin yang normal.

Sehingga untuk itu, peningkatan peran guru dengan pelatihan bagi guru tentang pencegahan anemia pada remaja sangat penting. Peneliti merekomendasikan adanya kerja sama sektor kesehatan dan sektor pendidikan, dalam hal ini guru agar mendapatkan pelatihan tentang gizi. Selain itu penyuluhan gizi dapat disampaikan sebelum memulai proses belajar ataupun di sela-sela pemberian

materi pelajaran agar remaja putri bisa menjaga pola makan karena asupan gizi sangat yang baik bisa mencegah terjadinya anemia.

Hubungan Peran Orangtua dengan Perilaku Berisiko Anemia pada Remaja Putri di SMK Pariwisata Imelda Medan Tahun 2025

Hasil uji statistik Chi-Square (Continuity Correction) pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) diperoleh nilai p-value = 0,073 ($p \geq 0,05$) yang berarti H_0 diterima dan H_a ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara peran orangtua dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyowati, Riyanti dan Indraswari dengan judul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Pencegahan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngemplak Simongan tahun 2017. Hasil uji chi square menunjukkan variabel peran orangtua (0,677) yang artinya tidak berhubungan dengan perilaku dalam mencegah anemia (22).

Interaksi antara anak dan orang tua merupakan determinan utama sikap anak. Sikap orang tua dan sikap anak cenderung untuk selalu sama sepanjang hidup Peran orang tua dalam mendidik anak sangat menentukan pembentukan karakter dan perkembangan kepribadian anak. Selanjutnya hubungan komunikasi yang baik antara orang tua dan anak akan menciptakan saling memahami terhadap masalah keluarga, khususnya mengenai problematika remaja, sehingga akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku yang dibawa anak yang sesuai dengan nilai – nilai yang ditanamkan kepada anak oleh orang tua mereka (13).

Bentuk dukungan orang tua dapat berupa dukungan informasi mengenai nutrisi yang mengandung zat besi, memfasilitasi remaja untuk bisa mendapatkan atau membeli tablet besi, memberi makanan yang seimbang. Selain itu, orangtua juga dapat memberikan edukasi tentang pentingnya zat besi bagi kesehatan remaja, khususnya dalam mencegah anemia. Oleh karena tingginya peran yang diberikan oleh keluarga maka akan meningkatkan pengetahuan dan tentu akan membentuk suatu keyakinan normatif dan remaja puteri akan cenderung membentuk persepsi positif terhadap perilaku pencegahan anemia (13).

Namun pada hasil penelitian ini, peran orangtua tidak berhubungan dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri karena berdasarkan penelitian masih ada faktor lain yang lebih memengaruhi perilaku remaja. Peran orangtua di rumah memang membantu dan biasanya menjadi figur yang berarti bagi anak. Tetapi peran orangtua bukan merupakan salah satu faktor penentu seseorang mengalami anemia.

Peneliti berasumsi bahwa tidak semua peran orang tua memiliki hubungan langsung dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri. Meskipun peran orang tua dianggap penting dalam pembentukan kebiasaan kesehatan anak, dalam konteks anemia, beberapa aspek peran tersebut mungkin

tidak berpengaruh secara signifikan. Misalnya, keterlibatan orang tua dalam kegiatan akademik atau sosial anak belum tentu berkaitan dengan kebiasaan makan atau konsumsi suplemen zat besi yang menjadi faktor utama dalam pencegahan anemia.

Selain itu, dalam beberapa keluarga, keputusan terkait makanan dan kesehatan sering kali berada di tangan remaja itu sendiri, terutama pada usia sekolah menengah. Peneliti mengasumsikan bahwa semakin tinggi kemandirian remaja, semakin rendah pengaruh langsung orang tua terhadap pola konsumsi makanan yang dapat memicu atau mencegah anemia. Perubahan gaya hidup remaja yang cenderung mengikuti teman sebaya juga dapat mengurangi dampak peran orang tua.

Pada zaman sekarang, pengaruh teman sebaya lebih dominan dibandingkan pengaruh orang tua dalam membentuk kebiasaan makan dan gaya hidup remaja. Remaja cenderung lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan sosialnya, termasuk dalam tren diet ekstrem, konsumsi makanan cepat saji, dan kebiasaan tidak sarapan. Maka, walaupun orang tua telah memberikan arahan atau contoh yang baik, perilaku remaja tetap bisa bertentangan karena adanya tekanan dari lingkungan sebaya.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa peran orang tua tidak berhubungan secara signifikan dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri karena dipengaruhi oleh beberapa faktor. Remaja pada usia ini cenderung lebih mandiri dan lebih banyak terpapar oleh pengaruh teman sebaya serta media digital dibandingkan arahan dari orang tua. Selain itu, rendahnya pengetahuan orang tua mengenai anemia dan kurangnya komunikasi efektif terkait isu kesehatan turut membatasi pengaruh mereka terhadap perilaku remaja. Oleh karena itu, meskipun orang tua tetap memiliki peran dalam kehidupan anak, dalam konteks pencegahan anemia, pengaruh mereka tidak cukup kuat untuk membentuk perilaku yang signifikan pada remaja putri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: ada hubungan antara pengetahuan, sikap, sumber informasi, dan peran guru dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri di SMK Pariwisata Imelda Medan Tahun 2025 dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$). Tidak ada hubungan antara peran orangtua dengan perilaku berisiko anemia pada remaja putri di SMK Pariwisata Imelda Medan Tahun 2025 dengan nilai $p=0,073$ ($p>0,05$).

Disarankan kepada remaja putri agar aktif dalam mengikuti penyuluhan atau seminar kesehatan terkait anemia, aktif mencari informasi melalui tenaga kesehatan, media sosial dan sumber informasi lainnya agar dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku pencegahan anemia, rajin mengonsumsi buah dan sayuran yang kaya akan zat besi untuk meningkatkan kadar hemoglobin darah, rutin mengonsumsi tablet tambah darah sebagai bentuk pencegahan anemia serta melakukan cek kesehatan jika mengalami gejala anemia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Kepala Sekolah SMK Pariwisata Imelda Medan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian, serta kepada remaja putri di SMK Pariwisata Imelda Medan telah bersedia berkontribusi dalam penelitian saya..

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: KemenkesRI. 2018.
2. Yanniarti S, dkk. Anemia Pada Remaja dan Cara Mengatasinya. Pealongan: Penerbit NEM. 2024.
3. World Health Organization. Anemia. Mei 2023. Website: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>. 2023.
4. Kementerian Kesehatan. Remaja Bebas Anemia: Kosentrasi Belajar Meningkatkan, Bebas Prestasi. <https://ayosehat.kemkes.go.id/remaja-bebas-anemia-konsentrasi-belajar-meningkat-bebas-prestasi>. 2022.
5. Dinkes 2023. Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. Medan 2023.
6. Profil Kesehatan 2023. Dinas Kesehatan Kota Medan. Medan 2023.
7. Kementerian Kesehatan. Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri. Kemenkes; 2020.
8. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil dan Remaja Putri. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2023.
9. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2017.
10. Rachmawati WC. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Malang: Wineka Media; 2019.
11. Flora R, dkk. Pemanfaatan UKS dalam Pencegahan Anemia pada Anak Usia Sekolah. Bengkulu: Kesehatan Vokasional; 2020.
12. Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 26 Tahun 2022 Tentang Pendidikan Guru Penggerak. Jakarta, 2022.
13. Shinta, Djafar M. Psikologi dan Perilaku Manusia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2019.
14. Panyuluh DC, dkk. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Penyebab Anemia Pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Ulum Kabupaten Kendal Tahun 2018.
15. Kamilah SZ. Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Berisiko Anemia Pada Remaja Putri Tahun 2021.
16. Situmeang AMN, dkk. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Sosioekonomi dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Desa Sirnagalih, Bogor Tahun 2022.
17. Mularsih S. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi di SMK Nusa Bhakti Kota Semarang Tahun 2020.
18. Izdihar, dkk. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Puteri di Sma it Ukhuwah Banjarmasin Tahun 2022.

19. Pakpahan M, dkk. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Penerbit Yayasan Kita Menulis, 2021.
20. Marfiah, Putri R dan Yolandia RT. Hubungan Sumber Informasi, Lingkungan Sekolah, Dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Smk Amaliyah Srengseng Sawah Tahun 2022.
21. Rukmaini dan Chandra E. Hubungan Peran Tenaga Kesehatan, Guru, dan Orangtua terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Perilaku Pencegahan Anemia di Kabupaten Tangerang Tahun 2022.
22. Setyowati, Riyanti dan Inraswari. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Pencegahan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngemplak Simongan Tahun 2017.