

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Konsep Dasar Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2012).

b. Tingkat Pengetahuan

Cakupan tingkat pengetahuan menurut Notoatmodjo (2012) adalah :

1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah

diterima. Oleh sebab itu, “tahu” ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

2) Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara benar.

3) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, adanya prinsip terhadap objek yang dipelajari.

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau obyek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan suatu justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan isi tentang materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden.

c. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan menurut Notoatmodjo (2012) adalah :

1) Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan diluar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi.

2) Informasi atau media massa

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediatimpact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah,

dan lain-lain. Dalam penyampaian informasi sebagai tugas pokok, media massa membawa pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang.

3) Sosial budaya dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Dengan demikian seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi seseorang juga menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

4) Lingkungan

Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

5) Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu.

6) Usia

Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

d. Cara Pengukuran Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2012) bahwa sebelum orang menghadapi perilaku baru, didalam diri seseorang terjadi proses berurutan yakni : *awareness* (kesadaran) dimana orang tersebut menyadari terlebih dahulu terhadap stimulus. *Interest* (merasa tertarik) terhadap objek atau stimulus. *Trial* yaitu subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya.

Menurut Arikunto (2010), pengukuran pengetahuan ada dua kategori yaitu : menggunakan pertanyaan subjektif misalnya jenis pertanyaan *essay* dan pertanyaan objektif misalnya pertanyaan pilihan ganda (*multiple choice*), pertanyaan betul salah dan pertanyaan menjodohkan.

Menurut Setiadi (2013), klasifikasi pengetahuan dibagi menjadi 3 kategori :

Baik : apabila nilai jawaban benar 76-100%

Cukup : apabila nilai jawaban benar 56-75%

Kurang : apabila nilai jawaban benar <56%

2. Remaja

a. Pengertian

Remaja adalah masa dimana individu berkembang dari pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekunder sampai mencapai (Sarwono, 2011). Pada masa tersebut, remaja mengalami banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan masalah-masalah pada remaja (Hurlock, 2011). Remaja putri adalah masa kanak-kanak menuju masa dewasa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan pada usia 12 tahun (Proverawati & Misaroh, 2009).

b. Ciri-ciri perkembangan

Menurut Widiyastuti *et al* (2009), terjadi pertumbuhan fisik yang cepat disertai banyak perubahan antara lain :

1) Rambut

Mulai tumbuhnya rambut kemaluan setelah pinggul dan payudara mulai berkembang. Bulu ketiak dan bulu wajah mulai terlihat setelah haid. Semua rambut kecuali rambut wajah awalnya lurus dan warnanya terang, kemudian menjadi lebih subur, lebih kasar, lebih gelap dan lebih keriting.

2) Pinggul

Pinggul menjadi berkembang, membesar dan membulat. Hal ini terjadi akibat membesarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak di bawah kulit.

3) Payudara

Seiring pinggul membesar, maka payudara dan puting susu mulai menonjol.

4) Kulit

Kulit menjadi lebih kasar, tebal dan pori-pori membesar. Akan tetapi berbeda halnya dengan laki-laki, kulit pada wanita tetap lebih lembut.

5) Kelenjar lemak dan kelenjar keringat

Kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif. Sumbatan pada kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat. Kelenjar keringat dan baunya menusuk sebelum dan masa haid.

6) Otot

Menjelang akhir dari masa pubertas otot menjadi semakin membesar dan kuat.

7) Suara

Suara berubah menjadi merdu, suara serak jarang terjadi pada wanita.

Ciri-ciri perkembangan psikologi remaja putri menurut Asrinah dkk (2011), yaitu :

- 1) Pemekaran dirisendiri (*extension of the self*), ditandai dengan kemampuan seseorang untuk menganggap orang lain atau hal lain sebagai dari dirinya sendiri. Perasaan *egoism* berkurang, sebaliknya tumbuh perasaan ingin memiliki.

- 2) Kemampuan diri untuk melihat dirinya sendiri secara obyektif (*self obyektivication*) ditandai dengan kemampuan untuk mempunyai wawasan tentang diri sendiri dan kemampuan untuk menangkap humor.
- 3) Memiliki falsafah hidup tertentu (*unifying philosophy of life*)

c. Batasan Masa Remaja

Batasan usia remaja berbeda-beda sesuai dengan sosial budaya yang berada di suatau wilayah. WHO membagi kurun usia remaja dalam 2 bagian, yaitu remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir 15-20 tahun. Sedangkan batasan usia remaja di Indonesia ialah usia 11-24 tahun dan belum menikah (Sarwono, 2011). Menurut Hurlock (2011), masa remaja dimulai dengan masa remaja awal (12-24 tahun), kemudian dilanjutkan dengan remaja tengah (15-17 tahun) dan masa remaja akhir (18-21 tahun).

Batasan remaja menurut Soetjningsih (2010) meliputi :

1) Masa remaja awal (*Early adolescence*)

Usia 11-13 tahun. Merupakan tahap awal, tampak perubahan fisik yaitu fisik mulai matang dan berkembang. Pada tahap ini terjadi peningkatan kadar hormone estrogen pada remaja perempuan ditandai dengan *menarche*.

2) Masa remaja pertengahan (*Middle adolescence*)

Usia 14-16 tahun. Remaja mengalami kematangan fisik secara penuh pada anak laki-laki mengalami mimpi basah sedangkan

anak perempuan mengalami haid. Pada masa ini gairah seksual mencapai puncak.

3) Masa remaja akhir (*Late adolescence*)

Usia 17-20 tahun. Pada masa ini, remaja mengalami perkembangan fisik secara penuh seperti orang dewasa.

3. Anemia

a. Pengertian

Anemia adalah kondisi dimana jumlah sel darah merah dalam tubuh atau hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal berbeda antara laki-laki dan perempuan. Untuk laki-laki, anemia kadar hemoglobin kurang dari 13,5 gram/100 ml dan pada perempuan kadar hemoglobin kurang dari 12,0 gram/100 ml (Proverawati, 2011).

b. Penyebab Anemia

1) Penghancuran sel darah merah yang berlebihan

- a) Masalah dengan sumsum tulang seperti limfoma, leukemia atau multiple myeloma.
- b) Masalah dengan sistem kekebalan tubuh yang menyebabkan kerusakan sel-sel darah merah (anemia hemolitik).
- c) Kemoterapi.
- d) Penyakit kronis : AIDS.

2) Kehilangan darah

- a) Perdarahan : menstruasi, persalinan.
- b) Penyakit : malaria.
- c) Penyakit kronis seperti kanker, *colitis ulserativa*, atau *rheumatoid arthritis*.
- d) Kehilangan darah (misalnya, menstruasi berat atau borok lambung).

3) Penurunan produksi sel darah merah.

- a) Obat-obatan/ racun (obat penekan sumsum tulang : kortikosteroid, alkohol).
- b) Diet yang rendah, vegetarian ketat.
- c) Gagal ginjal.
- d) Genetik, beberapa bentuk anemia, seperti talasemia.
- e) Kehamilan.
- f) Operasi pada lambung atau usus yang mengurangi penyerapan zat besi, vitamin B12, atau asam folat (Proverawati, 2011).

Sedangkan penyebab anemia menurut Tarwoto, dkk (2010) adalah :

- 1) Pada umumnya masyarakat Indonesia (termasuk remaja putri) lebih banyak mengkonsumsi makanan nabati yang kandungan

zat besinya sedikit dibandingkan dengan makanan hewani, sehingga kebutuhan tubuh akan zat besi tidak terpenuhi.

- 2) Remaja putri biasanya ingin tampil langsing, sehingga membatasi asupan makanan.
- 3) Setiap hari manusia kehilangan zat besi 0,6 mg yang diekskresi khususnya melalui feses.
- 4) Remaja putri mengalami haid setiap bulan, dimana kehilangan zat besi $\pm 1,3$ mg per hari, sehingga kebutuhan zat besi lebih banyak dari pada pria

c. Tanda dan gejala anemia

1) Anemia Ringan

Karena jumlah sel darah merah yang rendah menyebabkan berkurangnya pengiriman oksigen ke jaringan dalam tubuh. Pada stadium ringan anemia biasanya menimbulkan gejala ringan yang tidak semua individu menyadarinya, sampai anemia menjadi lebih berat (Proverawati, 2011).

Gejala anemia yang mungkin terjadi adalah sebagai berikut :

- a) Kelelahan
- b) Penurunan energi
- c) Kelemahan
- d) Sesak nafas
- e) Palpitasi (rasa jantung balap atau pemukulan tidak teratur)

f) Tampak pucat

2) Anemia Berat

Beberapa tanda yang mungkin menunjukkan anemia berat pada seseorang adalah :

Perubahan warna tinja, termasuk tinja hitam dan tinja lengket dan berbau busuk, berwarna merah marun atau tampak berdarah jika anemia karena kehilangan darah melalui saluran pencernaan.

- a) Denyut jantung cepat
- b) Tekanan darah rendah
- c) Frekuensi pernafasan cepat
- d) Pucat atau kulit dingin
- e) Kulit kuning disebut jaundice jika anemia karena kerusakan sel darah merah.
- f) Murmur jantung
- g) Pembesaran limpa dengan penyebab anemia tertentu
- h) Nyeri dada
- i) Pusing atau kepala terasa ringan (terutama ketika berdiri)
- j) Kelelahan atau kekurangan energi
- k) Sakit kepala
- l) Tidak bisa berkonsentrasi
- m) Sesak nafas (khususnya selama latihan)
- n) Nyeri dada, angina, atau serangan jantung

o) Pingsan

d. Dampak anemia

- 1) Anemia mengakibatkan daya tahan tubuh berkurang. Akibatnya, penderita anemia akan mudah terkena infeksi. Mudah batuk pilek, mudah flu, atau mudah terkena infeksi saluran nafas, jantung juga menjadi gampang lelah, karena harus memompa darah lebih kuat.
- 2) Anemia dapat mengganggu proses tumbuh kembang bahkan perkembangan berfikir juga akan terganggu dan mudah terserang penyakit.
- 3) Gangguan penyembuhan luka.
- 4) Kemampuan mengatur suhu tubuh menurun.
- 5) Menurunkan kemampuan untuk berkonsentrasi.
- 6) Menurunkan kemampuan kerja.
- 7) Bila terjadi kehamilan akan berpotensi melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dan juga perdarahan hingga kematian saat melahirkan (Proverawati, 2011).

e. Pencegahan Pada Anemia

- 1) Mengonsumsi bahan makanan sumber utama zat besi seperti daging, dan sayuran yang berwarna hijau sesuai kebutuhan.
- 2) Melakukan tes laboratotium untuk mengetahui kualitas sel darah merah (*hemoglobin*).

- 3) Harus diyakinkan bahwa masukan zat gizi yang kurang dari yang dibutuhkan akan berakibat buruk bagi pertumbuhan dan kesehatan.
- 4) Istirahat yang teratur dan menggunakan kebiasaan hidup sehat (Proverawati, 2011).

Menurut Almatzeir (2009), cara mencegah dan mengobati anemia adalah :

- 1) Meningkatkan konsumsi makanan bergizi.
 - a) Makan makanan yang banyak mengandung zat besi dari makanan hewani (daging, ikan, ayam, hati, telur) dan bahan makanan nabati (sayuran berwarna hijau tua, kacang-kacangan, tempe).
 - b) 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.
- 2) Menambah pemasukan zat besi ke dalam tubuh dengan minum Tablet Tambah Darah (TTD).

Tablet tambah darah adalah tablet besi folat yang setiap tablet mengandung 200 mg Ferro Sulfat atau 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat. Wanita dan remaja putri perlu minum tablet tambah darah karena wanita mengalami haid sehingga memerlukan zat besi untuk mengganti darah

yang hilang. Wanita nantinya akan mengalami hamil dan menyusui sehingga kebutuhan zat besinya sangat tinggi yang perlu disiapkan sedini mungkin semenjak remaja.

Tablet tambah darah mampu mengobati wanita dan remaja putri yang menderita anemia, meningkatkan kemampuan belajar, kemampuan kerja dan kualitas sumber daya manusia serta generasi penerus. Meningkatkan status gizi dan kesehatan remaja putri dan wanita. Anjuran minum yaitu 1 tablet tambah darah seminggu sekali dan dianjurkan minum 1 tablet setiap hari selama haid. Minumlah tablet tambah darah dengan air putih, jangan minum dengan teh, susu atau kopi karena dapat menurunkan penyerapan zat besi dalam tubuh sehingga manfaatnya menjadi berkurang.

- 3) Mengobati penyakit yang menyebabkan atau memperberat anemia seperti : kecacingan, malaria dan penyakit TBC.

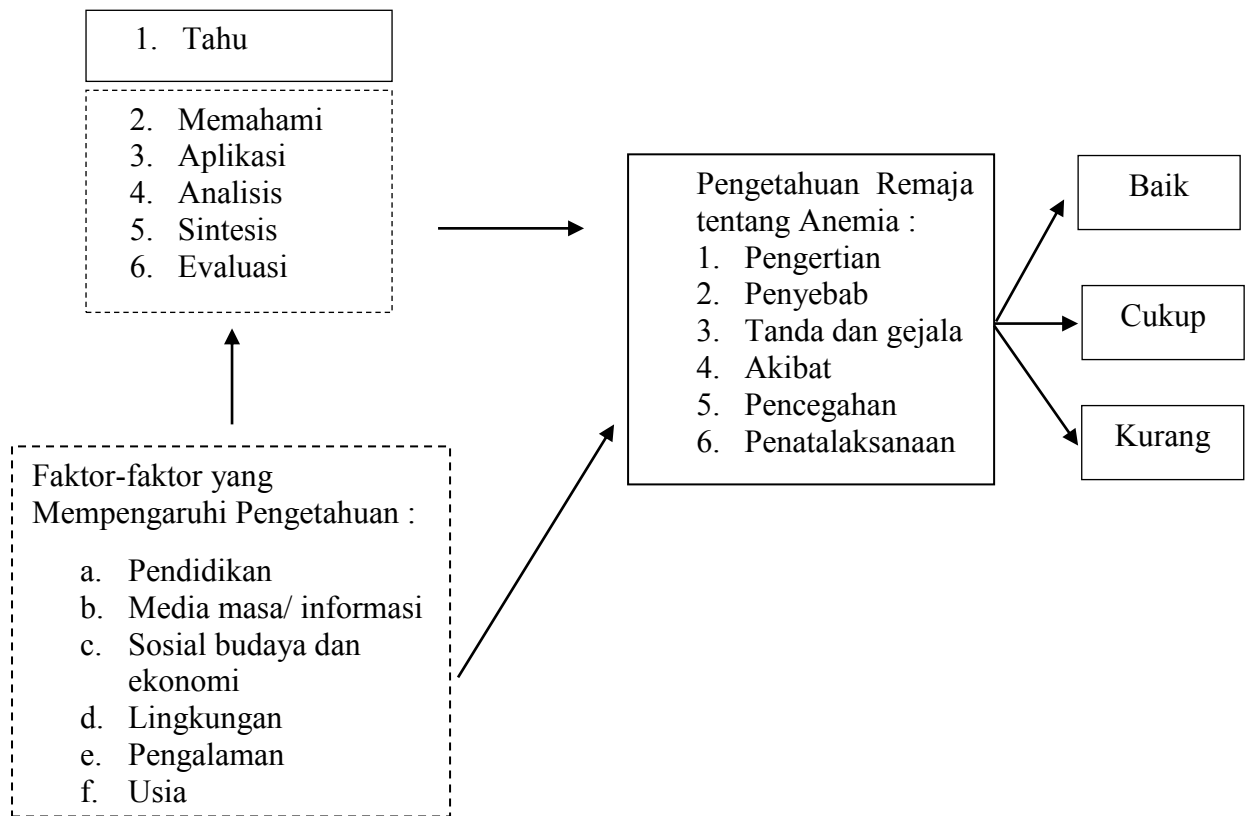
f. Penatalaksanaan Pada Anemia

- 1) Tindakan umum :
 - a) Tranfusi darah
 - b) Kortikosteroid atau obat-obatan lainnya yang menekan sistem kekebalan tubuh.
 - c) Erythropoietin, obat yang membantu sumsum tulang membuat sel-sel darah.

- d) Suplemen zat besi, vitamin B12, asam folat, atau vitamin dan mineral (Proverawati, 2011).
- 2) Penatalaksanaan pengobatan anemia defisiensi besi :
- a) Zat besi diberikan peroral dalam dosis 2-3 mg/kg unsur besi, semua bentuk zat besi sama efektifnya (fero sulfat, fero fumarat, fero suksinat, fero glukonat).
 - b) Vitamin C harus diberikan bersama dengan besi (vitamin C meningkatkan absorpsi besi) dan kurangi atau hindari konsumsi teh (Proverawati, 2011).

B. Kerangka Teori

Tingkat Pengetahuan :



Gambar 2.1 Kerangka Teori

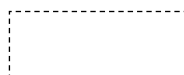
Sumber :

Almatzeir (2009), Notoatmodjo (2012), Proverawati (2011), Setiadi (2013), Tarwoto, dkk (2010)

Keterangan :



: Diteliti



: Tidak diteliti

C. Pertanyaan Penelitian

Bagaimana pengetahuan remaja putri kelas X tentang anemia defisiensi besi di SMK N 2 Godean Sleman Yogyakarta?