BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Konsep Dasar Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan adalah hasil dari rasa keingintahuan yang terjadi melalui proses sensoris, khususnya mata dan telinga terhadap objek tertentu (Donsu, 2017). 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

Menurut Notoatmodjo (2012) tedapat 6 tingkat pengetahuan, yaitu:

1) Tahu (*knowledge*)

Tahu adalah mengingat kembali memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu. Tahu diartikan menunjukkan keberhasilan mengumpulkan keterangan apa adanya. Termasuk dalam kategori ini adalah kemampuan

Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

mengenali atau mengingat kembali hal-hal atau keterangan yang berhasil dihimpun atau dikenali (*recall of facts*).

2) Memahami (*Comprehension*)

Memahami adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan tentang suatu objek yang diketahui dan diinterpretasikan secara benar. Pemahaman diartikan dicapainya pengertian (understanding) tentang hal yang sudah kita kenali.

3) Aplikasi (*Aplication*)

Aplikasi adalah suatu kemampuan untuk mempraktikkan materi yang sudah dipelajari pada kondisi real (sebenarnya). Aplikasi dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam kontak atau situasi yang lain.

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk menjabarkan atau menjelaskan suatu objek atau materi tetapi masih di dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu dengan yang lainnya.

5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah suatu kemampuan menghubungkan bagian bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain, sintesis merupakan suatu kemampuan untuk

menyusun, dapat merencanakan, meringkas, menyesuaikan terhadap suatu teoi atau rumusan yang telah ada.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi adalah pengetahuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk membandingkan hal-hal yang serupa atau setara lainnya, sehingga diperoleh kesan yang lengkap dan menyeluruh tentang hal yang sedang dinilainya (Notoatmodjo, 2012).

c. Faktor – 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 (immedietimpact) 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 pengetahuaannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi sesorang 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 danya 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 Memperoleh Pengetahuan

Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber, misalnya media massa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan, media poster, kerabat dekat, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2012). Menurut Notoatmodjo (2012) cara memperoleh pengetahuan antara lain sebagai berikut:

1) Cara coba salah (*Trial and Error*)

Cara ini dipakai orang sebelum adanya kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Pada waktu itu bila seseorang menghadapi persoalan atau masalah, upaya yang dilakukan hanya dengan coba-coba saja. Cara coba-coba dilakukan dengan menggunakan beberapa kemungkinan dalam memecahkan masalah, apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil, dicoba kemungkinan yang lain. Apabila kemungkinan kedua ini juga gagal, maka dicoba kemungkinan selanjutnya sampai kemungkinan tersebut berhasil.

2) Secara kebetulan

Penemuan kebenaran secara kebetulan terjadi karena tidak disengaja oleh orang yang bersangkutan.

3) Cara kekuasaan dan otoritas

Dalam kehidupan manusia sehari-hari, banyak kebiasaan dan tradisi yang dilakukan oleh orang, penalaran, dan tradisi itu yang dilakukan baik atau tidak. Pengetahuan diperoleh berdasarkan pada pemegang otoritas, yakni orang mempunyai wibawa atau kekuasaan, baik tradisi, otoritas pemerintah, otoritas pemimpin agama, maupun ahli ilmu pengetahuan atau ilmuwan.

4) Berdasarkan pengalaman pribadi

Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa yang lalu. Adapun pepatah mengatakan "Pengalaman adalah guru terbaik", ini mengandung maksud bahwa pengalaman merupakan sumber pengalaman untuk memperoleh pengetahuan.

5) Cara akal sehat (*common sense*)

Sejalan perkembangan kebudayaan umat kebudayaan manusia cara berpikir manusia pun ikut berkembang. Dari sini manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuan. Pemberian hadiah dan hukuman merupakan cara

yang masih dianut banyak orang untuk mendisiplinkan anak dalam konteks pendidikan.

6) Kebenaran menerima wahyu

Kebenaran ini harus diterima dan diyakini oleh pengikut agama yang bersangkutan, terlepas dari apakah kebenaran tersebut rasional atau tidak.

7) Kebenaran secara intuitif

Kebenaran ini diperoleh manusia secara cepat melalui proses di luar kesadaran dan tanpa melalui proses penalaran atau berpikir.

8) Metode penelitian

Cara modern dalam meperoleh pengetahuan lebih sistematis, logis, dan ilmiah.

2. Remaja

a. Pengertian

Remaja adalah masa dimana individu berkembang dari pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekunder sampai mencapai kematangan seksual (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. Tahapan Remaja

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak kemasa dewasa yang meliputi semua perkembangan yang di alami sebagai persiapan memasuki masa dewasa Kusmiran (2015), Pembagian perkembangan masa remaja (Mansur 2014), masa remaja menjadi tiga bagian, yaitu :

1) Masa remaja awal atau dini (*early adolescence*), adalah anak yang telah mencapai usia 11 sampai 13 tahun
2) Masa remaja pertengahan (*middle adolenscence*), adalah anak yang telah mencapai usia 14 sampai 16 tahun.
3) Masa remaja lanjut (*late adolenscence*), adalah anak yang telah Mencapai usia 17 sampai 20 tahun.

Masa remaja awal ditandai dengan peningkatan cepat pertumbuhan dan pematangan fisik. Masa remaja menengah ditandai dengan hampir lengkapnya pertumbuhan pubertas, timbulnya keterampilan-keterampilan berpikir yang baru, peningkatan pengenalan terhadap datangnya masa dewasa, dan keinginan untuk memapankan jarak emosional dan psikologis dengan orangtua. Masa remaja akhir ditandai dengan persiapan untuk peran sebagai orang dewasa, termasuk klarifikasi tujuan pekerjaan dan internalisasi suatu sistem nilai pribadi (Dhamayanti, 2011).

c. 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 putting 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 diri sendiri (*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*).

3. Anemia

a. Pengertian

Anemia merupakan keadaan menurunnya kadar

hemoglobin hemotokrit dan jumlah sel darah merah di bawah nilai normal yang dipatok untuk perorangan (Arisman, 2014). 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).

Menurut Soekirman (2012), anemia gizi besi adalah suatu keadaan penurunan cadangan besi dalam hati, sehingga jumlah hemoglobin darah menurun di bawah normal. Sebelum terjadi anemia gizi besi, diawali lebih dahulu dengan keadaan kurang gizi besi (KGB). Apabila cadangan besi dalam hati menurun tetapi belum parah dan jumlah hemoglobin masih normal, maka seseorang dikatakan mengalami kurang gizi besi saja (tidak disertai anemia gizi besi). Keadaan kurang gizi besi yang berlanjut dan semakin parah akan mengakibatkan anemia gizi besi, tubuh tidak akan lagi mempunyai cukup zat besi untuk membentuk hemoglobin yang diperlukan dalam sel-sel darah yang baru (Arisman, 2014).

b. Klasifikasi Anemia

Menurut Prawirohardjo (2009), macam-macam anemia adalah sebagai berikut:

1) Anemia defisiensi besi adalah anemia yang disebabkan oleh kurangnya mineral Fe. Kekurangan ini dapat disebabkan karena kurang masuknya unsur besi dengan makanan, karena gangguan absorbsi atau terpantau banyaknya besi keluar dari tubuh, misalnya pada pendarahan.
2) Anemia megaloblastik adalah anemia yang disebabkan oleh defisiensi asam folat, jarang sekali karena defisiensi vitamin B12, anemia ini sering ditemukan pada wanita yang jarang mengonsumsi sayuran hijau segar atau makanan dengan protein hewani tinggi.
3) Anemia hemolitik adalah anemia yang disebabkan karena penghancuran sel darah merah berlangsung lebih cepat dari pembuatannya.
4) Anemia hipoplastik dan aplastik adalah anemia yang disebabkan karena sumsum tulang belakang kurang mampu membuat sel-sel darah yang baru (Prawirohardjo, 2009). Pada sepertiga kasus anemia dipicu oleh obat atau zat kimia lain, infeksi, radiasi, leukimia dan gangguan imunologis.

c. Penyebab Anemia

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 ±1,3 mg per hari, sehingga kebutuhan zat besi lebih banyak dari pada pria

Sedangkan Menurut Ani (2016), anemia gizi besi dapat terjadi karena:

1) Kandungan zat besi dari makanan yang dikonsumsi tidak mencukupi kebutuhan.
2) Makanan yang kaya akan kandungan zat besi adalah: makanan yang berasal dari hewani (seperti ikan, daging, hati dan ayam).
3) Makanan nabati (dari tumbuh-tumbuhan) misalnya: sayuran hijau tua, yang walaupun kaya akan zat besi, namun hanya sedikit yang bisa diserap baik oleh usus.

d. Tanda dan Gejala Anemia

Secara umum gejala klinis anemia dapat kita ketahui sebagai berikut: (Shamah et al., 2016)

1) Lelah, lesu, lemah, letih, lalai (5L)
2) Cepat lelah

3) Mukosa pucat (kulit, bibir, gusi, mata, kulit kuku, dan telapak tangan)
4) Jantung berdenyut kencang saat melakukan aktivitas ringan
5) Napas tersengal/pendek saat melakukan aktivitas ringan
6) Nyeri dada
7) Pusing dan mata berkunang
8) Cepat marah (mudah rewel pada anak)
9) Tangan dan kaki dingin atau mati rasa
10) Mudah mengantuk
11) Tinitus (telinga mendengung)

Menurut Proverawati (2011), pada stadium ringan anemia biasanya menimbulkan gejala ringan yang tidak semua individu menyadarinya, sampai anemia menjadi lebih berat. Beberapa tanda yang mungkin menunjukkan anemia berat pada seseorang adalah :

1) 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.
2) Denyut jantung cepat
3) Tekanan darah rendah
4) Frekuensi pernafasan cepat
5) Pucat atau kulit dingin

6) Kulit kuning disebut jaundice jika anemia karena kerusakan sel darah merah.
7) Murmur jantung
8) Pembesaran limpa dengan penyebab anemia tertentu
9) Nyeri dada
10) Pusing atau kepala terasa ringan (terutama ketika berdiri)
11) Kelelahan atau kekurangan energi
12) Sakit kepala
13) Tidak bisa berkonsentrasi
14) Sesak nafas (khususnya selama latihan)
15) Nyeri dada, angina, atau serangan jantung
16) Pingsan

e. Dampak Anemia Bagi Remaja

Menurut Merryana dan Bambang (2013), dampak anemia bagi remaja adalah:

1) Menurunnya kesehatan reproduksi.
2) Terhambatnya perkembangan motorik, mental dan kecerdasan.
3) Menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar.
4) Mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak mencapai optimal.
5) Menurunkan fisik olahraga serta tingkat kebugaran.
6) Mengakibatkan muka pucat.

f. Pencegahan Pada Anemia

Menurut Proverawati (2011) cara pencegahan pada anemia adalah :

1) Mengkonsumsi 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.

Sedangkan menurut Almatzier (2011), cara mencegah dan mengobati anemia adalah:

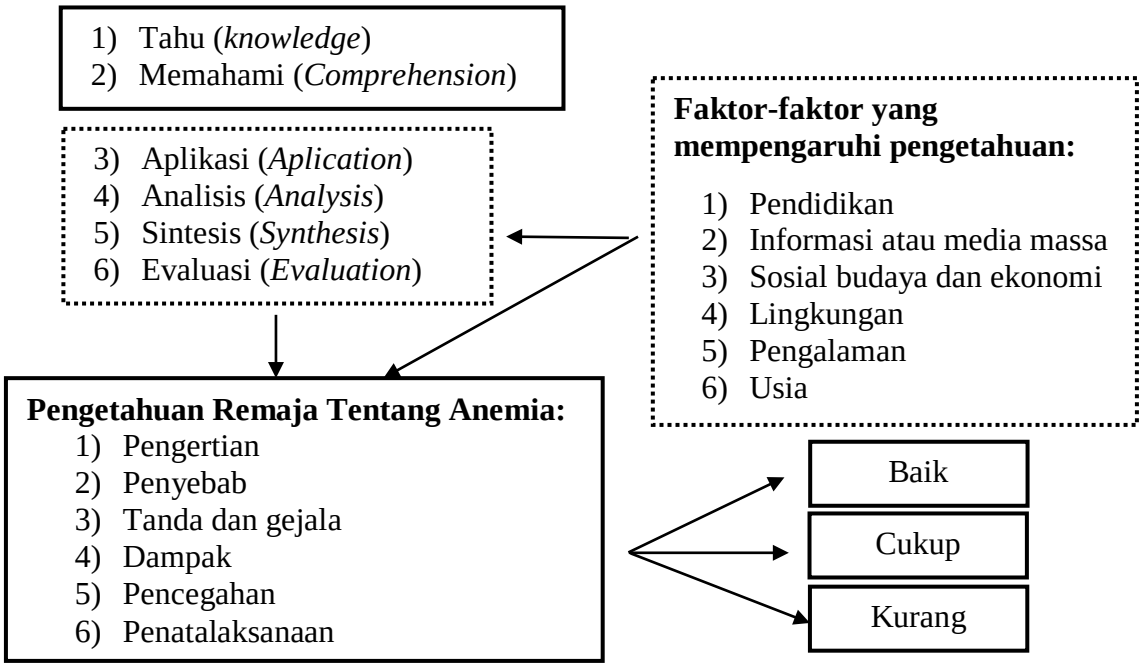
1) Meningkatkan konsumsi makanan bergizi.
2) Makan makanan yang banyak mengandung zat besi dari bahan makanan hewani (daging, ikan, ayam, hati dan telur) dan bahan makanan nabati (sayuran berwarna hijau tua, kacang-kacangan, tempe).
3) Makan sayur-sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C (daun katuk, daun singkong, bayam, jambu, tomat, jeruk dan nanas) sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam usus.

g. Penatalaksanaan Pada Anemia

Penatalaksanaan Anemia menurut Jitowiyono (2018) yang dapat dilakukan pada pasien Anemia adalah sebagai berikut:

1) Transplantasi sel darah merah
2) Antibiotik diberikan untuk mencegah infeksi
3) Suplemen asam folat dapat merangsang pembentukan sel darah merah
4) Menghindari situasi kekurangan oksigen atau aktivitas yang membutuhkan oksigen
5) Obati penyebab perdarahan abnormal (bila ada)

B. Kerangka Teori



Gambar 2.1. Kerangka Teori
Sumber :
Donsu (2017), Notoatmodjo (2012), Arisman (2014), Proverawati (2011), Soekirman (2012), Tarwoto, dkk (2010), Shamah et al., (2016), Merryana dan Bambang (2013), Almatzier (2011), Jitowiyono (2018).

: diteliti

: tidak diteliti

C. Pertanyaan Penelitian

Bagaimana tingkat pengetahuan remaja putri kelas X tentang anemia di SMA Negeri 1 Sedayu Bantul Yogyakarta?