

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Anemia

1. Defenisi Anemia

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat dialami oleh semua kelompok umur mulai dari balita sampai usia lanjut. Anemia adalah suatu kondisi medis dimana kadar hemoglobin (Hb) kurang dari normal. Hemoglobin tersebut merupakan zat warna di dalam darah yang berfungsi untuk mengangkut oksigen dan karbondioksida di dalam tubuh. Kadar Hb normal dalam 100cc darah wanita dewasa ≥ 12 mg (Kemenkes RI, 2014). Untuk itu, anemia pada remaja putri dikatakan jika kadar Hb < 12 g/dl. Menurut *World Health Organization* (WHO) yang dikatakan usia remaja yaitu berada diantara usia 10-19 tahun, sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014 penduduk yang rentang usia 10-18 tahun.

Anemia lebih dominan dialami wanita, dikarenakan wanita mengalami menstruasi. Menstruasi merupakan suatu tanda bahwa seorang perempuan sehat serta sistem reproduksinya bekerja dengan normal (Sari, 2017). Biasanya menstruasi pertama kalinya dialami oleh perempuan sekitar usia 10 tahun, tetapi bisa juga dialami lebih dini atau lebih lambat. Di Indonesia, sekitar 12% remaja laki-laki dan 23% remaja perempuan mengalami anemia defisiensi zat besi (Kemenkes RI, 2018).

2. Faktor Penyebab Anemia

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada remaja putri kelas X di SMAN 3 Kabupaten Tangerang di simpulkan bahwa faktor resiko anemia yaitu:

1. Penyebab terbesar adalah konsumsi makanan mengandung zat besi yang kurang dan yang tidak pernah mengkonsumsi tablet tambah darah.
2. Pola menstruasi tidak teratur dan lama menstruasi.
3. Pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia diperoleh 100% remaja putri dengan pengetahuan cukup beresiko anemia, sedangkan

remaja putri dengan pengetahuan baikpun masih memiliki faktor resiko anemia sebesar 71.6% (Meiliana, 2018).

Selain itu, faktor yang memicu terjadinya anemia adalah menstruasi, riwayat penyakit, serta kurangnya asupan atau penyerapan diet yang buruk dari zat besi, vitamin B12, vitamin B6, vitamin C, dan tembaga (Zidni et al, 2018).

3. Gejala dan Dampak Anemia

Gejala yang timbul pada anemia diakibatkan anoksia organ target dan mekanisme kompensasi tubuh terhadap penurunan hemoglobin pada semua jenis anemia. Anemia memiliki tanda-tanda klinis diantaranya adalah sebagai berikut (Suprasiana, 2016) :

1. Lelah, lesu, lemah, letih, lalai (5L)
2. Bibir tampak pucat
3. Nafas pendek
4. Lidah licin
5. Meningkatnya denyut jantung
6. Susah buang air besar
7. Kurangnya nafsu makan
8. Kadang-kadang pusing
9. Mudah mengantuk

Dampak anemia pada remaja antara lain : kemampuan dan konsentrasi belajar menurun, pertumbuhan fisik terhambat, risiko menderita penyakit infeksi meningkat, daya tahan tubuh menurun, serta produktivitas kerja menurun.

Jika mayoritas siswi mengalami anemia, akan berdampak lebih lanjut. Seperti halnya mereka akan mengalami kehamilan dan melahirkan. Jika tidak ditanggulangi, dikhawatirkan akan meningkatkan risiko pendarahan pada saat persalinan, bayi yang dilahirkan mengalami berat badan lahir rendah (BBLR), serta dapat menimbulkan kematian ibu (Azzahroh & Rozalia, 2018).

4. Upaya Pencegahan Anemia

Upaya yang dapat dilakukan dalam mencegah anemia yaitu mengonsumsi makanan sumber zat besi, meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap ke arah lebih positif, memberikan pendidikan kesehatan, dan lain-lain (Nurrohimah, 2017). Untuk program pemerintah RI yaitu suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD). Dengan pemberian TTD yang dosisnya tepat mampu meningkatkan cadangan besi didalam tubuh.

Untuk meningkatkan asupan zat besi yaitu dengan pola makan yang bergizi dan seimbang, terutama mengonsumsi makanan sumber pangan hewani yang kaya akan zat besi dalam jumlah yang cukup, contohnya daging, ikan, hati dan unggas. Sedangkan sumber pangan nabatinya adalah sayuran berwarna hijau tua dan kacang-kacangan. Namun, untuk meningkatkan penyerapan makanan sumber zat besi tersebut penting untuk mengonsumsi sumber vitamin C seperti jeruk, jambu, dll.

B. Literasi

1. Defenisi Literasi

Secara bahasa literasi berasal dari bahasa inggris *literacy* yang berarti melek huruf. Sedangkan secara tradisional, literasi merupakan kemampuan membaca dan menulis. Tetapi saat ini makna literasi sudah berkembang menjadi lebih kompleks, yaitu kemampuan membaca, menulis, berbicara, menyimak dan memanfaatkan teknologi. Literasi juga merupakan kemampuan dalam memaknai informasi yang diberikan sehingga setiap orang dapat memperoleh ilmu pengetahuan dan meningkatkan kualitas hidup orang tersebut.

Undang-Undang No 3 Tahun 2017 tentang Sistem perbukuan literasi dimaknai sebagai “kemampuan untuk memaknai informasi secara kritis sehingga setiap orang dapat mengakses ilmu pengetahuan dan teknologi sebagai upaya dalam meningkatkan kualitas hidupnya.”

Adapun prinsip gerakan literasi diadopsi dari prinsip Gerakan Literasi Nasional (GLN) yang mengacu pada prinsip – prinsip berikut:

a. Berkesinambungan

Gerakan Literasi ini akan dan harus dilaksanakan secara terus-menerus dan berkesinambungan walaupun pemerintahan berganti. Literasi harus menjadi program prioritas pemerintah yang harus di sosialisasikan kepada semua kalangan.

b. Terintegrasi

Dalam pelaksanaannya, program literasi harus terintegrasi dengan program yang dilaksanakan oleh Kemendikbud dan kementerian atau lembaga lainnya, termasuk non pemerintah.

c. Melibatkan Semua Pemangku Kepentingan

Literasi harus memberikan kesempatan dan peluang untuk keterlibatan semua pemangku kepentingan baik secara individual maupun kelembagaan.

2. Literasi Dasar (Fondasi Literasi)

Literasi dasar adalah penerapan keterampilan berliterasi untuk kehidupan sehari-hari. Literasi dasar menurut Kemendikbud (2016) terdiri dari 6 bagian yaitu :

a. Literasi Baca - Tulis

Literasi baca dan tulis merupakan literasi yang dikenal paling awal dalam sejarah peradaban manusia. Yang terkait literasi baca – tulis yaitu membaca, menulis, mencari, menelusuri, mengolah, dan memahami informasi untuk mengidentifikasi, menganalisis, menentukan teks tertulis untuk mencapai tujuan, mengembangkan pemahaman dan potensi, serta untuk berpartisipasi dilingkungan sosial.

b. Literasi Numerasi

Literasi numerasi adalah pengetahuan dan kecakapan untuk dapat menggunakan, menganalisis, dan mengomunikasikan berbagai macam angka dan simbol matematika untuk memecahkan masalah praktis dalam berbagai macam konteks kehidupan sehari-hari, yang mana informasi ditampilkan dalam bentuk grafik, tabel, bagan, dan sebagainya.

c. Literasi Sains

Literasi sains adalah pengetahuan dan kecakapan ilmiah untuk mampu mengidentifikasi pertanyaan, memperoleh pengetahuan baru, menjelaskan fenomena ilmiah, serta mengambil simpulan berdasarkan fakta, memahami karakteristik sains, membangun kesadaran bagaimana sains dan teknologi membentuk lingkaran alam, intelektual dan budaya, serta meningkatkan kemauan untuk terlibat dan peduli dalam isu-isu yang terkait sains.

d. Literasi Digital

Literasi Digital adalah pengetahuan dan kecakapan untuk mengakses, merangkai, memahami, dan menyebarkan dengan menggunakan media, alat-alat komunikasi, atau jaringan komputer.

e. Literasi Finansial

Literasi finansial adalah pengetahuan dan kecakapan untuk mengaplikasikan pemahaman tentang konsep dan risiko, keterampilan, dan motivasi agar dapat membuat keputusan yang efektif dalam konteks finansial untuk meningkatkan kesejahteraan finansial, baik individu maupun sosial.

f. Literasi Budaya dan Kewargaan

Literasi budaya adalah pengetahuan dan kecakapan dalam memahami dan bersikap terhadap kebudayaan Indonesia. Sementara itu, literasi kewargaan adalah pengetahuan dan kecakapan dalam memahami hak dan kewajiban sebagai warga masyarakat .

3. Ranah Literasi

a. Gerakan Literasi Masyarakat

Gerakan Literasi Masyarakat (GLM) dilakukan dengan menyediakan bahan bacaan yang beragam untuk ruang publik.

b. Gerakan Literasi Sekolah

Gerakan Literasi Sekolah (GLS) dilaksanakan menyesuaikan dengan kegiatan kurikuler, kokurikuler dan ekstrakurikuler. Literasi dapat

dilaksanakan didalam maupun diluar kelas yang di dukung oleh orangtua dan juga masyarakat.

c. Gerakan Literasi Keluarga

Gerakan Literasi (GLK) dilakukan dengan menyediakan bahan bacaan keluarga yang dapat menguatkan pemahaman tentang pentingnya sebagai literasi bagi keluarga (Kemendikbud, 2016).

4. Media Literasi

Untuk melakukan literasi, dibutuhkan sebuah media sebagai penyalur informasi. Berdasarkan fungsinya media dibagi menjadi 3 yakni, media cetak, media elektronik, dan media papan. Media Cetak merupakan alat bantu menyampaikan pesan atau informasi yang sangat bervariasi, seperti : *Booklet, leaflet, flyer, flip chart*, rubik, dan poster. Media elektronik merupakan sasaran untuk menyampaikan pesan atau informasi yang berbeda-beda jenisnya, seperti : Televisi, radio, video, *Slide*, film strip. Media papan merupakan media yang dipasang di tempat-tempat umum yang berisi pesan-pesan atau informasi, seperti : informasi yang di tulis pada lembaran seng yang ditempel pada kendaraan umum, seperti bus dan taksi (Notoatmodjo, 2003).

C. Booklet Cegah Anemia

Media booklet adalah perpaduan antara buku dan *leaflet*, yang memuat teks dengan foto atau gambar. Sehingga apabila dilihat dari aspek fisik termasuk media non-elektronik atau media cetak, dari aspek panca indera termasuk media visual, dari aspek alat dan bahan termasuk media *hardware*, sedangkan apabila dilihat dari pengelompokan Gagne media booklet termasuk media cetak dan gambar diam (Sanaky, 2013).

Booklet merupakan buku dengan ukuran kertas A5 dan tipis yang terdiri beberapa halaman dua sisi, berisi tentang tulisan dan gambar – gambar (Rukmana, 2020). Struktur isi booklet menyerupai buku, hanya saja cara penyajiannya jauh lebih singkat dari pada buku. Booklet cegah anemia ini dapat digunakan sebagai media komunikasi yang bertujuan memberikan informasi mengenai anemia dan dapat digunakan sebagai

media alternatif untuk dipelajari pada setiap saat bila seseorang membutuhkannya.

Kelebihan booklet adalah dapat dipelajari setiap saat karena desain berbentuk buku, dapat dipelajari secara mandiri oleh siswa, pesan atau informasi relatif lebih banyak, serta desain booklet yang menarik akan membuat siswa tertarik untuk membacanya (Gemilang, 2016). Keunggulan lainnya yaitu dapat mencakup banyak orang, praktis dalam penggunaannya karena dapat dipakai dimana saja dan kapan saja, tidak memerlukan listrik, dan karena booklet tidak hanya berisi teks tetapi terdapat gambar sehingga dapat menimbulkan rasa keindahan serta meningkatkan pemahaman dan gairah dalam belajar. Selain itu, media booklet merupakan media visual yang dapat meningkatkan pemahaman melalui penglihatan sebesar 75-87% (Bagaray, 2016).

Dalam pembuatan booklet menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Memilih judul dan sub judul yang baik karena dalam pemilihan judul dan sub judul sangat penting dalam membantu mendefenisikan isi booklet.
2. Menggunakan struktur yang logis dan format yang konkret.
3. Menggunakan kertas ukuran A5 untuk edisi cetak.
4. Penggunaan sampul yang baik.

D. Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil 'tahu' ketika seseorang telah melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra yang dimiliki oleh manusia yaitu indra penglihatan, pendengaran, peciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan yang dikategorikan baik dapat diperoleh dari beberapa faktor yaitu pengalaman dan keterpaparan informasi (Angrainy, 2017).

2. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan menurut Sukanto dalam (Febriyanto, 2016) adalah:

1) Tingkat Pendidikan

Pendidikan merupakan pembelajaran pengetahuan dari bimbingan yang diberikan orang lain sehingga dapat memahami sesuatu. Pendidikan ini dapat meningkatkan perilaku positif pada seseorang.

2) Informasi

Informasi adalah pemberitahuan mengenai suatu hal yang didapatkan secara langsung maupun tidak langsung. Jika mempunyai sumber informasi yang lebih banyak, maka dapat memperluas pengetahuan seseorang.

3) Budaya

Budaya ialah tingkah laku seseorang atau sekelompok masyarakat dalam memenuhi kebutuhan yang meliputi sikap dan kepercayaan.

4) Pengalaman

Pengalaman adalah suatu peristiwa yang sudah dialami seseorang, hal ini dapat menambah pengetahuan seseorang. Pengalaman yang baik akan dapat membentuk sikap positif dalam kehidupan.

3. Tingkatan Pengetahuan

Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkatan yang berbeda-beda. Menurut notoatmodjo (2010) secara garis besar pengetahuan dibagi dalam enam tingkat, yaitu :

a. Tahu (*know*)

Tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain: menyebutkan, menguraikan, mendefenisikan, menyatakan dan sebagainya. Kata tahu juga dapat diartikan sebagai mengingat materi yang telah dipelajarinya.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami suatu objek bukan sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi orang tersebut harus dapat menjelaskan secara benar tentang topik/objek yang diketahui tersebut.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi merupakan kemampuan mengaplikasikan dari informasi yang sudah diketahui pada situasi atau kondisi yang sebenarnya.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan menjabarkan dan memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang telah sampai pada tingkat analisis adalah apabila orang tersebut telah dapat membedakan atau mengelompokan, membuat diagram (bagan) terhadap pengetahuan atas objek tersebut.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan merangkum atau meletakkan dalam satu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang sudah diketahui. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi adalah kemampuan melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu. Penilaian ini dengan sendirinya didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri.

E. Sikap

1. Pengertian Sikap

Sikap adalah hasil respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Menurut Allport (1954) dalam Notoatmojo (2019) sikap mempunyai tiga komponen pokok yaitu:

- a. Kepercayaan (*keyakinan*), ide dan konsep terhadap suatu objek.
- b. Kehidupan emosional atau evaluasi emosional terhadap suatu objek.
- c. Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*).

2. Faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap menurut Bertalini (2015) yaitu:

1) Pengalaman Pribadi

Sesuatu yang sudah dialami akan menjadi dasar pembentukan sikap apabila pengalaman tersebut sangat terkesan pada diri kita.

2) Pengaruh Orang Lain yang dianggap penting

Seseorang yang dianggap penting akan dapat mempengaruhi pembentukan sikap kita terhadap sesuatu. Kecenderungan ini bertujuan untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap seseorang yang dianggap penting.

3) Kebudayaan

Kebudayaan dimana kita hidup akan memberikan pengaruh besar terhadap pembentukan sikap. Tanpa kita sadari, hal ini berakibat dalam memberikan corak pengalaman bagi individu masyarakatnya.

4) Media Massa

Sebuah sarana komunikasi akan memberikan pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan seseorang. Berita yang seharusnya bersifat fakta jika disampaikan secara objektif, maka akan berpengaruh terhadap konsumennya.

5) Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama

Konsep moral dan ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan sistem kepercayaan seseorang. Dari sebuah kepercayaan tersebut akan berpengaruh pada sikap seseorang.

6) Faktor Emosional

Suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi seseorang.

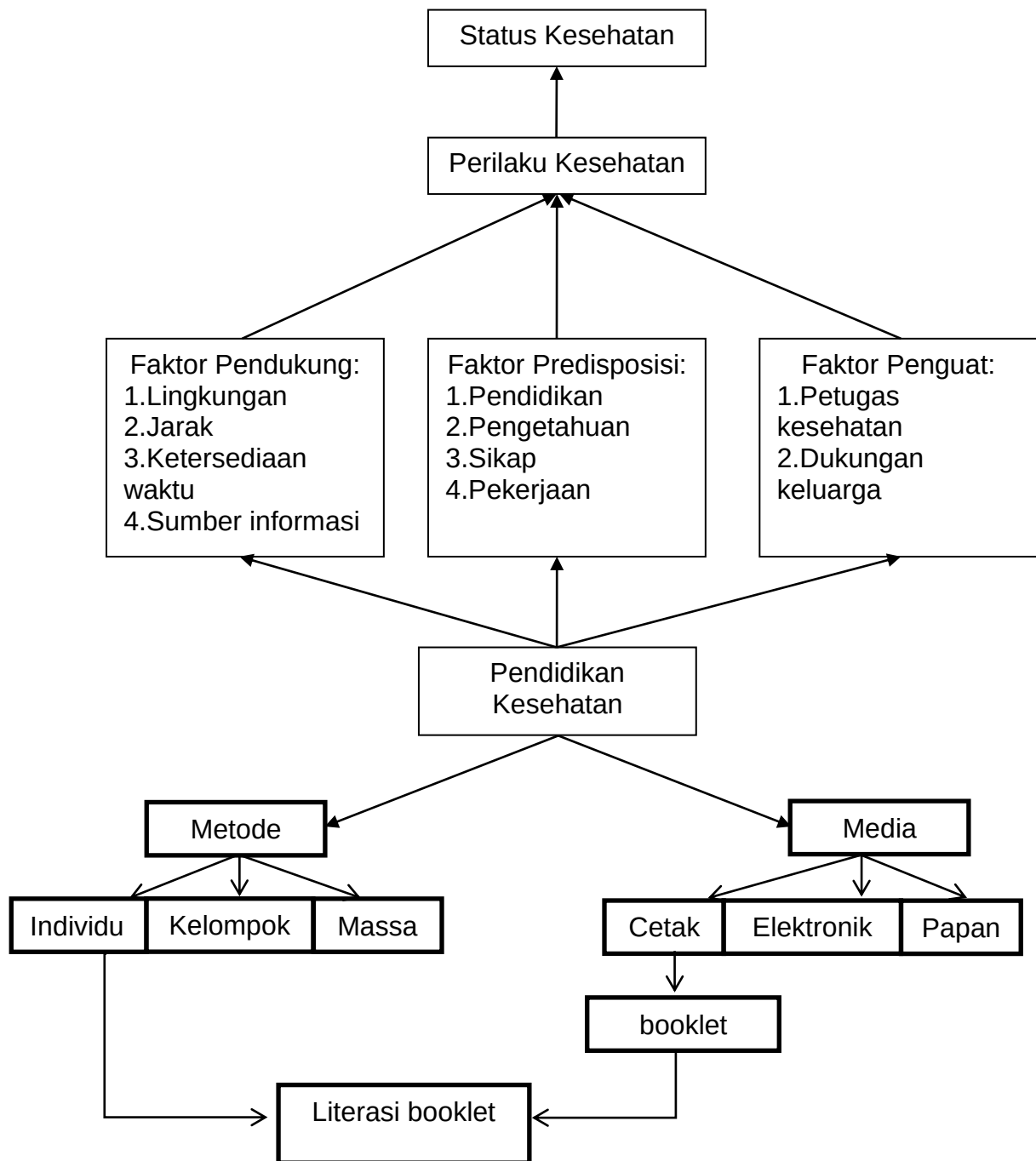
3. Indikator Pengukuran Sikap

Dalam menentukan respon baliknya yaitu dengan mengetahui tingkatan sikap. Tingkatan sikap ada empat, yaitu :

a. Menerima (*receiving*), yaitu bahwa seseorang mau menerima dan memperhatikan stimulus yang diberikan.

- b. Menanggapi (*responding*), yaitu memberikan jawaban atau tanggapan terhadap pertanyaan atau objek yang dihadapi.
- c. Menghadapi (*valuing*), yaitu subjek atau seseorang memberikan nilai yang positif terhadap objek atau stimulus.
- d. Bertanggung jawab (*responsible*), yaitu bertanggung jawab atas segala yang telah dipilih dengan segala resiko. Bertanggung jawab merupakan sikap yang paling tinggi.

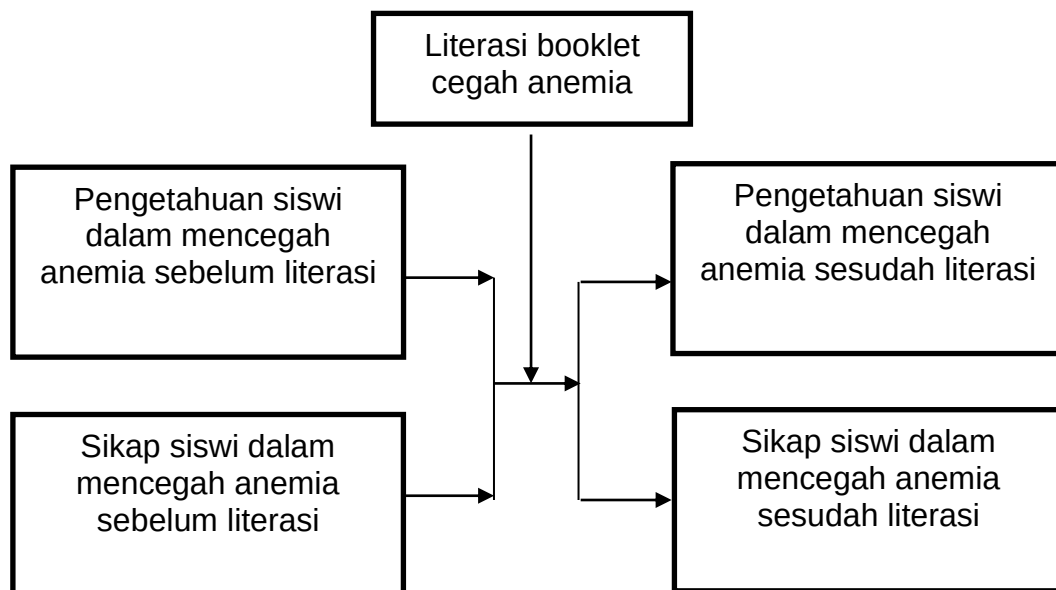
F.Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian

Sumber : Lawrance Green dalam Notoatmodjo dimodifikasi (2015)

G. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep penelitian ini menggambarkan pengaruh literasi cegah anemia menggunakan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap siswi dalam mencegah anemia.

H. Defenisi Operasional

Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap siswi dalam mencegah anemia serta literasi booklet cegah anemia.

Tabel 1. Defenisi Operasional

No	Variabel	Defenisi Operasional	Skala
1	Literasi booklet cegah anemia	Kegiatan membaca mengenai cegah anemia dengan media booklet cegah anemia terhadap siswi MAN 1 Deli Serdang.	-
2	Pengetahuan siswi dalam mencegah anemia	Hasil dari tahu mengenai cegah anemia pada siswi sebelum dan sesudah dilakukannya literasi	Rasio

		booklet cegah anemia yang diperoleh dengan mengisi kuesioner yang terdiri dari 15 pertanyaan yang berisi pengetahuan siswi dalam mencegah anemia. Setiap pertanyaan akan diberikan skor 1 untuk jawaban benar dan skor 0 untuk jawaban yang salah.	
3	Sikap siswi dalam mencegah anemia	Respon yang melibatkan pikiran, perasaan dan perhatian siswi dalam mencegah anemia sebelum dan sesudah dilakukannya literasi booklet cegah anemia yang diperoleh dengan mengisi kuesioner yang terdiri dari 10 pernyataan dengan kategori penilaian berdasarkan jenis pernyataan yaitu pernyataan positif pada pernyataan nomor 1,3,5,7,10 dan pernyataan negatif pada pernyataan nomor 2,4,6,8,9. Pada pernyataan positif akan diberikan skor 2 untuk jawaban setuju dan skor 1 untuk jawaban yang tidak setuju. Sedangkan pada pernyataan yang negatif akan diberikan skor 2 untuk jawaban yang tidak setuju dan skor 1 untuk jawaban yang setuju.	Rasio

I.Hipotesis

Ha₁ : Ada Pengaruh literasi booklet cegah anemia terhadap pengetahuan siswi dalam mencegah anemia

Ha₂ : Ada Pengaruh literasi booklet cegah anemia terhadap sikap siswi dalam mencegah anemia.