

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja Putri

Remaja putri merupakan fase transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan berbagai proses perkembangan sebagai persiapan memasuki kehidupan dewasa. Perubahan yang terjadi mencakup aspek fisik, psikologi, dan sosial. Pada masa ini, remaja putri sering mengalami kesulitan dalam mempertahankan pola makan yang sehat akibat beberapa faktor, seperti tingkat pengetahuan gizi dan pengaruh media. Rendahnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan asupan zat gizi yang tidak mencukupi, sehingga meningkatkan risiko terjadinya masalah kesehatan, salah satunya anemia (Triana, 2023).

Remaja putri memiliki risiko tinggi mengalami anemia akibat meningkatnya kebutuhan zat gizi selama masa pertumbuhan, kehilangan darah saat menstruasi, kondisi gizi yang kurang baik, serta rendahnya asupan zat besi dan protein. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, remaja putri memerlukan asupan zat besi dan protein yang lebih besar sebagai upaya pencegahan anemia, tetapi masih banyak remaja putri yang masih belum memahami pentingnya kecukupan zat besi dan protein, dan cenderung mengabaikan konsumsi makanan bergizi (Ariana et al., 2024).

Klasifikasi remaja dapat dibedakan berdasarkan fase atau tahap perkembangannya. Menurut (Hamidah et al., 2022) perkembangan remaja dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan terbagi menjadi 3 tahap, yaitu:

1. Remaja awal (*early adolescent*)

Remaja awal berada pada rentang usia 10-13 tahun. Pada tahap ini, terjadi pertumbuhan yang sangat cepat dan muncul perubahan fisik pada bagian tubuh tertentu baik pada laki-laki maupun perempuan yang dikenal sebagai masa pubertas. Remaja putri umumnya mengalami perubahan fisik lebih awal dibandingkan remaja laki-laki. Pada fase ini, remaja

cenderung bersikap egosentris dan menganggap pendapatnya sendiri yang paling benar.

2. Remaja madya (*middle adolescent*)

Remaja madya berada pada usia 14-17 tahun. Pada fase ini, remaja laki-laki mengalami perubahan suara, peningkatan berat badan dan tinggi badan, serta munculnya jerawat. Pada remaja putri, perubahan fisik telah berkembang lebih matang dan disertai dengan siklus menstruasi yang mulai teratur.

3. Remaja akhir (*late adolescent*)

Remaja akhir berada pada usia 18-21 tahun. Pada tahap ini, perkembangan fisik telah mencapai kondisi yang relatif optimal, dan pengendalian emosi menjadi lebih stabil. Remaja mulai mampu memahami hubungan sebab dan akibat dari setiap tindakan yang diambil, lebih bijaksana dalam menentukan keputusan, serta mulai memusatkan perhatian pada cita-cita dan rencana masa depan. Remaja juga cenderung meminta pertimbangan orang tua atau orang lain dalam menentukan langkah yang berkaitan dengan tujuan hidupnya.

Perkembangan remaja merupakan tahap yang penting dalam siklus kehidupan yang ditandai oleh perubahan besar pada aspek fisik, psikologis, dan sosial (Izzani et al., 2024).

1. Perkembangan fisik

Masa remaja yang umumnya berlangsung pada rentang usia 10-21 tahun ditandai dengan percepatan pertumbuhan tubuh. Pada remaja putri, perubahan fisik meliputi pembesaran payudara, pelebaran panggul, serat peningkatan tinggi badan. Remaja putri juga mulai mengalami menstruasi pertama yang menjadi indikator tercapainya kematangan seksual.

2. Perkembangan psikologis

Pada periode ini, remaja mulai membentuk jati diri dan sering menghadapi kebingungan terkait identitas serta tujuan hidupnya. Remaja sering kali terjebak dalam pola pikirnya sendiri sehingga berpotensi melakukan perilaku berisiko tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang

mungkin timbul.

3. Perkembangan sosial

Perkembangan sosial pada remaja mencakup proses interaksi dengan teman sebaya maupun lingkungan masyarakat yang lebih luas. Remaja mulai membangun hubungan pertemanan yang lebih erat dan dapat muncul ketertarikan terhadap lawan jenis. Kondisi lingkungan tempat tinggal serta dukungan dari keluarga memiliki peran penting dalam membentuk perkembangan sosial remaja.

B. Anemia

Anemia adalah kondisi tubuh kekurangan sel darah merah atau ketika sel darah merah tidak berfungsi dengan baik. Konsisi patologis ini ditandai dengan penurunan jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal. Hemoglobin berperan dalam mengikat oksigen dan mendistribusikannya ke seluruh jaringan tubuh. Apabila jaringan mengalami kekurangan oksigen, maka kinerja akan terganggu. Contohnya, berkurangnya suplai oksigen ke jaringan otak dan otot dapat menyebabkan penurunan daya konsentrasi serta menurunnya kebugaran dalam aktivitas sehari-hari. Batas nilai Hb adalah, ibu hamil anemia jika kadar Hb kurang dari 11 g/dL, anak umur 12-14 tahun dan perempuan tidak hamil (umur lebih dari 15 tahun) anemia jika kadar Hb kurang dari 12 g/dL, remaja putra anemia jika kadar Hb dibawah 13 g/dL (Kemenkes, 2023).

Anemia dapat menimbulkan dampak dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak jangka pendek meliputi penurunan produktivitas, kebugaran, serta daya tahan tubuh. Dampak jangka panjang dapat meningkatkan risiko terjadinya perdarahan saat persalinan, kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dan prematur, dapat meningkatkan risiko stunting, angka kematian ibu (AKI), dan angka kematian bayi (AKB) (Kemenkes, 2023).

Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan beberapa risiko, antara lain:

1. Terjadinya komplikasi pendarahan yang berpotensi meningkatkan risiko kematian ibu.

2. Menurunnya sistem kekebalan tubuh sehingga ibu lebih mudah terserang penyakit infeksi.
3. Terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan janin yang dapat menyebabkan bayi lahir prematur, bayi memiliki berat badan lahir rendah (BBLR), panjang badan lahir rendah (PBLR), meningkatkan risiko bayi mengalami sakit dan anemia yang dapat berujung pada kematian, risiko stunting pada masa bayi dan anak usia dibawah dua tahun (1000 HPK) yang dalam jangka panjang dapat berdampak pada penurunan kecerdasan serta meningkatnya risiko penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes, penyakit jantung, dan stroke. Kondisi ini dapat memengaruhi kualitas kesehatan hingga beberapa generasi berikutnya.

Anemia pada remaja putri dapat menimbulkan dampak jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek, anemia dapat menyebabkan penurunan kebugaran tubuh, mudah lelah, menurunnya konsentrasi belajar, berkurangnya produktivitas dalam aktivitas sehari-hari, serta daya tahan tubuh remaja menurun sehingga lebih rentan terhadap infeksi. Dalam jangka panjang, anemia pada remaja putri berdampak terhadap kesehatan reproduksi, khususnya ketika memasuki masa kehamilan di kemudian hari. Remaja putri yang mengalami anemia berisiko lebih tinggi mengalami komplikasi kehamilan, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dan prematur, serta meningkatkan risiko terjadinya stunting pada anak (Kemenkes, 2023).

Gejala anemia umumnya timbul akibat kurangnya suplai oksigen ke jaringan tubuh karena kadar hemoglobin yang rendah. Kondisi ini menyebabkan jaringan yang kekurangan oksigen tidak dapat berfungsi secara optimal sehingga muncul tanda dan gejala anemia. Proses terjadinya anemia berlangsung secara bertahap, sehingga pada awalnya keluhan sering tidak dirasakan. Ketika gejala mulai muncul, biasanya kondisi anemia telah berada pada tingkat yang cukup berat. Menurut (Kemenkes, 2023) gejala anemia dapat dibedakan berdasarkan tingkat keparahannya, yaitu:

1. Anemia ringan

Pada tahap ini, penderita umumnya belum menunjukkan keluhan yang jelas. Misalnya, apabila otot menerima suplai oksigen yang lebih rendah dari kebutuhan, dapat timbul keluhan berupa mudah lelah, lesu, dan lemah setelah melakukan aktivitas atau olahraga. Keluhan tersebut sering dianggap sebagai kondisi normal. Apabila pasokan oksigen ke otak tidak mencukupi, dapat muncul gangguan daya ingat dan penurunan konsentrasi. Gejala ini dikenal sebagai gejala 5L (lesu, letih, lemah, lelah, dan lalai).

2. Anemia sedang

Pada tingkat ini, gejala mulai tampak lebih nyata antara lain jantung terasa berdebar lebih sering, mudah lelah meskipun melakukan aktivitas ringan, sesak napas, serta warna kulit tampak lebih pucat dibandingkan biasanya.

3. Anemia berat

Pada kondisi ini, keluhan yang muncul semakin berat, seperti kelelahan yang berlangsung terus-menerus, menggigil, denyut jantung yang cepat, pucat yang lebih jelas, sesak napas, nyeri dada, serta gangguan fungsi organ tubuh lainnya.

Menurut (Kemenkes, 2023) anemia disebabkan oleh beberapa faktor utama, yaitu:

1. Kekurangan asupan zat gizi, seperti zat besi, asam folat, vitamin B12, dan protein, yang berperan penting dalam proses pembentukan hemoglobin sehingga apabila asupannya tidak mencukupi dapat menghambat produksi hemoglobin.
2. Pola konsumsi yang kurang mendukung kecukupan zat besi, sehingga meningkatkan risiko terjadinya anemia.
3. Kehilangan darah dalam jumlah besar, baik secara akut maupun kronis. Pendarahan akut umumnya terjadi akibat kecelakaan, sedangkan perdarahan kronis dapat disebabkan oleh menstruasi yang berlangsung lama dan berlebihan, infeksi cacing yang mengakibatkan dinding usus dan kehilangan darah, serta malaria yang menyebabkan kerusakan sel darah merah (*hemolisis*).

4. Faktor genetik seperti *thalasemia*, yang dapat mengakibatkan gangguan atau kerusakan sel darah merah sehingga memicu terjadinya anemia.

Faktor penyebab lainnya yaitu status sosial ekonomi yang rendah, tingkat pendidikan orang tua, serta rendahnya pengetahuan tentang anemia (Kemenkes, 2023).

Pencegahan anemia dapat dilakukan melalui berbagai strategi yang berfokus pada perbaikan pola makan dan peningkatan kesadaran gizi. Salah satu upaya utama adalah mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi, asam folat, vitamin B12, dan protein secara cukup dan seimbang. Sumber zat besi dapat diperoleh dari pangan hewani seperti daging, hati, ikan, dan telur, serta dari pangan nabati seperti sayuran hijau dan kacang-kacangan yang dikombinasikan dengan sumber vitamin C untuk meningkatkan daya serap zat besi (Kemenkes, 2023).

Selain melalui perbaikan pola konsumsi, pencegahan anemia juga dilakukan dengan pemberian tablet tambah darah (TTD) secara rutin sesuai anjuran. Upaya ini perlu didukung dengan edukasi kesehatan agar remaja memahami pentingnya konsumsi TTD dan tidak menghentikan penggunaannya tanpa alasan yang jelas (Kemenkes, 2023).

Pencegahan anemia juga mencakup pengendalian faktor risiko, seperti menjaga kebersihan diri dan lingkungan untuk mencegah infeksi cacing, serta melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala. Dengan penerapan pola hidup sehat dan pemenuhan kebutuhan gizi yang optimal, risiko terjadinya anemia dapat ditekan sehingga kesehatan dan produktivitas remaja tetap terjaga (Kemenkes, 2023).

C. Pengetahuan

Secara etimologis, istilah pengetahuan berasal dari kata *knowledge* dalam bahasa Inggris. Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui yang muncul setelah seseorang melakukan pengamatan terhadap suatu objek. Proses pengamatan tersebut berlangsung melalui pancaindra manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecap, dan perabaan. Namun, sebagian besar informasi yang diperoleh manusia berasal dari aktivitas melihat

dan mendengar (Ridwan et al., 2021).

Pengetahuan juga dapat diartikan sebagai hasil dari rasa ingin tahu manusia terhadap berbagai hal yang diperoleh melalui cara dan alat tertentu. Pengetahuan memiliki berbagai jenis dan sifat, diantaranya ada yang bersifat langsung dan tidak langsung, bersifat sementara dan berubah-ubah, subjektif dan khusus, serta ada yang bersifat tetap, objektif, dan umum. Jenis serta sifat pengetahuan dipengaruhi oleh sumbernya, cara memperolehnya, serta alat yang digunakan dalam proses perolehan tersebut. Pengetahuan diperoleh melalui proses pengindraan terhadap suatu objek dengan bantuan pancaindra manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Darsini et al., 2019). Ilmu pengetahuan mencakup enam komponen utama, yaitu masalah (*problem*), sikap (*attitude*), metode (*method*), aktivitas (*activity*), kesimpulan (*conclusion*), dan pengaruh (*effects*) (Darsini et al., 2019).

1. Masalah (*problem*)

Suatu masalah dapat dikatakan bersifat ilmiah apabila memenuhi tiga kriteria, yaitu dapat dikomunikasikan, memiliki sikap ilmiah, dan dapat diuji secara nyata.

2. Sikap (*attitude*)

Sikap ilmiah ditandai dengan adanya rasa ingin tahu, usaha untuk memecahkan masalah, bersifat objektif, serta kesabaran dalam melakukan pengamatan.

3. Metode (*method*)

Metode berkaitan dengan penyusunan hipotesis yang kemudian diuji. Hakikat ilmu pengetahuan terletak pada metodenya yang bersifat dinamis dan tidak mutlak.

4. Aktivitas (*activity*)

Ilmu pengetahuan berkembang melalui kegiatan penelitian ilmiah yang melibatkan aspek individual maupun sosial.

5. Kesimpulan (*conclusion*)

Ilmu pengetahuan merupakan kumpulan hasil pemahaman yang

diperoleh dari pemecahan masalah, yang diakhiri dengan pembenaran melalui sikap, metode, dan aktivitas ilmiah.

6. Pengaruh (*effects*)

Hasil ilmu pengetahuan memberikan dampak terhadap lingkungan serta terhadap masyarakat melalui pembentukan nilai-nilai dalam kehidupan sosial.

Ada beberapa jenis pengetahuan, yaitu (Octaviana et al., 2021):

1. Pengetahuan umum (*common sense*)

Pengetahuan umum atau *common sense* adalah pengetahuan yang diperoleh berdasarkan kesadaran dan akal sehat manusia dalam menangkap serta memahami suatu objek, kemudian menarik kesimpulan atau mengambil keputusan secara langsung terhadap objek tersebut. Pengetahuan ini tidak memerlukan pemikiran yang mendalam karena kebenarannya dapat diterima secara langsung melalui akal sehat dan pada umumnya dapat dipahami oleh semua orang.

2. Pengetahuan agama

Pengetahuan agama merupakan pengetahuan yang berkaitan dengan keyakinan dan kepercayaan yang bersumber dari wahyu tuhan. Pengetahuan ini bersifat absolut dan wajib diikuti oleh para pemeluknya. Sebagian besar kandungan nilai dalam pengetahuan agama bersifat transenden atau gaib sehingga tidak dapat dijelaskan secara sederhana melalui akal maupun pancaindra.

3. Pengetahuan filsafat

Pengetahuan filsafat adalah pengetahuan yang bersifat spekulatif dan diperoleh melalui proses perenungan yang mendalam, pengetahuan ini menekankan pada sifat universal dan kedalaman kajian terhadap objek yang ditelaah. Pengetahuan filsafat ditandai dengan pendekatan rasional, kritis dan radikal dalam merefleksikan realitas. Pengetahuan filsafat menjadi dasar bagi berkembangnya pengetahuan ilmiah karena mampu menjelaskan persoalan-persoalan mendasar yang tidak dapat dijawab oleh disiplin ilmu tertentu.

4. Pengetahuan ilmiah

Pengetahuan ilmiah adalah pengetahuan yang menitikberatkan pada bukti nyata, disusun secara sistematis, serta memiliki metode dan prosedur yang jelas. Pengetahuan ini diperoleh melalui rangkaian kegiatan observasi, eksperimen, dan pengelompokan data. Pengetahuan ilmiah disebut juga sebagai ilmu atau sains karena dibangun berdasarkan metode ilmiah. Dasarnya adalah prinsip empiris, yaitu mengutamakan fakta atau kenyataan yang dapat dibuktikan melalui pengamatan inderawi.

Terdapat empat sumber utama pengetahuan, yaitu rasio, empiris, intuisi, dan wahyu. Keempat sumber tersebut memiliki karakteristik dan cara pandang yang berbeda dalam menjelaskan asal-usul pengetahuan manusia (Ridwan et al., 2021).

1. Rasio merupakan sumber pengetahuan yang berasal dari kemampuan penalaran manusia. Pada sumber ini, pengetahuan dipandang sebagai hasil proses berpikir dan olah akal manusia dalam memahami suatu fenomena atau permasalahan.
2. Empiris bersumber dari pengalaman yang dialami manusia dalam kehidupan sehari-hari. Sumber pengetahuan ini terbentuk melalui pengamatan terhadap berbagai gejala yang terjadi di lingkungan sekitar. Sebagai contoh, peristiwa turunnya hujan yang terjadi secara berulang dengan pola yang sama menimbulkan rasa ingin tahu manusia. Dari pengalaman tersebut, manusia terdorong untuk menggunakan penalaran hingga akhirnya melakukan penelitian guna mengetahui penyebab terjadinya hujan.
3. Intuisi merupakan sumber pengetahuan yang bersifat tidak terduga dan muncul secara tiba-tiba. Dalam situasi tertentu, ketika seseorang dihadapkan pada suatu permasalahan, upaya berpikir yang intens tidak selalu menghasilkan solusi. Namun, pada kondisi lain, solusi justru muncul secara spontan ketika seseorang tidak aktif memikirkan permasalahan tersebut dan sedang melakukan aktivitas lain. Kemunculan gagasan atau jawaban yang datang tanpa direncanakan dan tanpa melalui proses berpikir yang disadari.

4. Wahyu merupakan sumber pengetahuan yang bersifat non-analitik karena tidak melalui proses penalaran manusia. Sumber pengetahuan ini berasal dari Tuhan Yang Maha Esa dan diberikan kepada manusia-manusia terpilih. Contoh yang paling dekat adalah para nabi yang menerima wahyu dari Allah. Ajaran dan kisah yang berasal dari wahyu tersebut kemudian menjadi sumber inspirasi dan pedoman bagi banyak orang.

Taksonomi Bloom mengemukakan bahwa ranah kognitif terdiri dari 6 tingkatan, mulai dari kemampuan yang paling sederhana yaitu mengetahui, hingga kemampuan yang paling kompleks yaitu mengevaluasi (Gunawan et al., n.d.).

1. Pengetahuan (*knowledge*)

Pengetahuan dipahami sebagai kemampuan untuk mengingat kembali informasi yang bersifat spesifik maupun umum, termasuk metode dan proses tertentu, serta pola, struktur, atau konteks suatu fenomena. Pengetahuan dapat diklasifikasikan menjadi tiga jenis, yaitu pengetahuan tentang hal-hal pokok, pengetahuan tentang cara memperlakukan hal-hal pokok, dan pengetahuan tentang hal-hal yang bersifat umum dan abstrak.

Pengetahuan tentang hal-hal pokok berkaitan dengan kemampuan mengingat kembali informasi yang bersifat spesifik, dengan penekanan pada simbol-simbol yang merujuk pada objek konkret. Jenis pengetahuan ini terbagi menjadi dua, yaitu pengetahuan tentang terminologi dan pengetahuan tentang fakta-fakta khusus. Pengetahuan tentang terminologi mencakup pemahaman terhadap simbol atau istilah yang digunakan secara umum dan telah disepakati, seperti kata-kata beserta makna yang lazim digunakan. Pengetahuan tentang fakta-fakta khusus meliputi pemahaman terhadap kejadian, tanggal, tokoh, tempat, serta peristiwa tertentu.

Pengetahuan tentang cara memperlakukan hal-hal pokok berkaitan dengan pemahaman mengenai cara mengorganisasi, mempelajari, menilai, serta mengkritisi suatu informasi. Pengetahuan tentang hal-hal yang bersifat umum (*universalitas*) dan abstrak dalam suatu bidang berkaitan dengan pemahaman terhadap pola-pola dan kerangka utama dalam

mengorganisasi fenomena dan gagasan.

2. Pemahaman (*comprehension*)

Pemahaman merupakan kemampuan seseorang dalam memberikan penjelasan yang benar terhadap suatu objek atau materi. Individu yang telah mencapai tingkat memahami mampu menguraikan, memberikan contoh, menarik kesimpulan, memprediksi, serta, menjelaskan kembali materi yang telah dipelajari. Pemahaman dibedakan menjadi tiga, yaitu penerjemahan merupakan kemampuan untuk memahami suatu gagasan yang disampaikan dalam bentuk atau cara yang berbeda dari pernyataan aslinya yang telah dikenal sebelumnya, penafsiran adalah kemampuan menjelaskan atau merangkum suatu pesan, ekstrapolasi yaitu kemampuan mengembangkan kecenderungan yang terdapat dalam data untuk memprediksi implikasi, dampak, atau konsekuensi yang mungkin terjadi, sesuai dengan kondisi awal suatu fenomena.

3. Penerapan (*application*)

Pada tahap ini, pengetahuan mencakup kemampuan untuk menerapkan atau memanfaatkan materi yang telah dipelajari ke dalam situasi atau kondisi nyata. Aplikasi mencakup penggunaan aturan, rumus, metode, prinsip, maupun konsep dalam konteks yang berbeda.

4. Analisis (*analysis*)

Analisis merupakan kemampuan untuk menguraikan suatu objek atau materi ke dalam bagian-bagian yang lebih kecil sesuai dengan struktur atau unsur pembentuknya. Kemampuan ini dapat ditunjukkan melalui aktivitas seperti membedakan, mengelompokkan, memisahkan, dan menggambarkan hubungan antarbagian.

5. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan untuk menggabungkan berbagai bagian atau unsur menjadi suatu bentuk kesatuan yang baru. Sintesis merupakan kemampuan menyusun atau merumuskan kembali konsep baru berdasarkan konsep yang telah ada sebelumnya.

6. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi merupakan kemampuan untuk memberikan penilaian, membenaran, atau keputusan terhadap suatu materi atau objek berdasarkan kriteria tertentu, baik yang ditetapkan sendiri maupun yang telah tersedia sebelumnya.

Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi usia dan jenis kelamin, faktor eksternal meliputi pendidikan, pekerjaan, pengalaman, sumber informasi, lingkungan, dan sosial budaya (Darsini et al., 2019).

1. Faktor internal

- a. Usia berpengaruh terhadap kemampuan berpikir dan daya tangkap seseorang. Semakin bertambah umur, tingkat kematangan berpikir dan pola pikir individu juga semakin berkembang, sehingga lebih muda menerima dan memahami informasi.
- b. Jenis kelamin dapat mempengaruhi cara seseorang menerima dan mengolah informasi. Beberapa penelitian menunjukkan adanya perbedaan pola kerja otak antara laki-laki dan perempuan. Perempuan cenderung lebih cepat menyerap informasi dan lebih mengaitkan pengetahuan dengan aspek sosial serta perasaan, sedangkan laki-laki umumnya lebih kuat dalam kemampuan motorik dan koordinasi. Meskipun ukuran otak laki-laki rata-rata lebih besar, hal tersebut tidak menentukan tingkat kecerdasan. Perbedaan struktur dan fungsi otak inilah yang menyebabkan perbedaan dalam cara berpikir dan merespons informasi antara laki-laki dan perempuan.

2. Faktor eksternal

- a. Pendidikan merupakan proses bimbingan yang membantu individu berkembang menuju tujuan hidup tertentu. Melalui pendidikan, seseorang memperoleh informasi, termasuk informasi kesehatan, yang dapat meningkatkan kualitas hidup. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah ia menerima dan memahami informasi karena terbiasa berpikir logis, menganalisis masalah, dan mencari solusi.

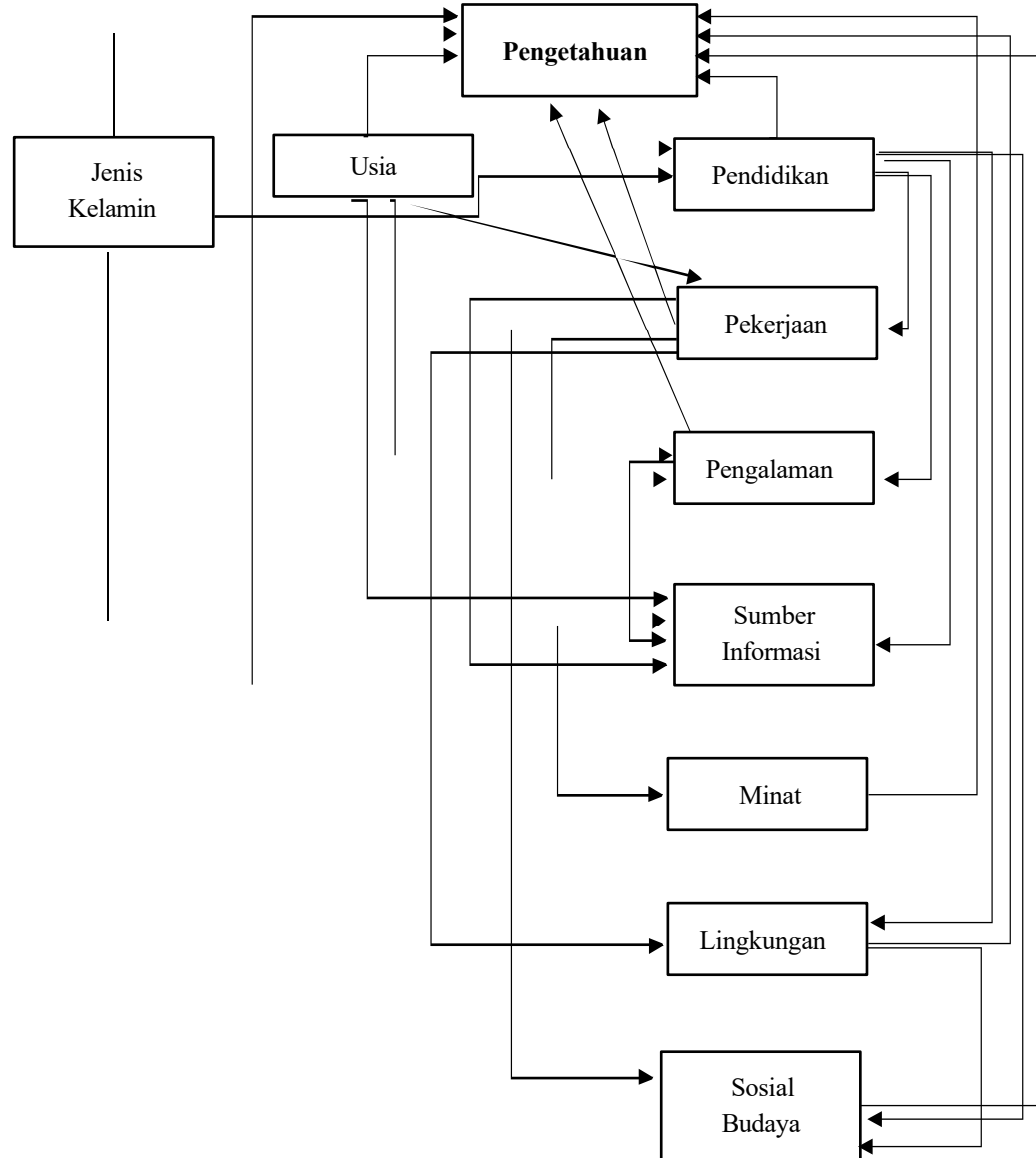
- b. Pekerjaan adalah aktivitas yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan hidup. Lingkungan kerja dapat menjadi sumber pengalaman dan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Jenis pekerjaan tertentu dapat memperluas akses terhadap informasi, namun ada pula pekerjaan yang justru membatasi kesempatan seseorang untuk memperoleh pengetahuan.
- c. Pengalaman merupakan sumber pengetahuan yang diperoleh dari kejadian yang pernah dialami seseorang. Semakin banyak pengalaman yang dimiliki, semakin bertambah pengetahuan yang diperoleh. Pengalaman masa lalu dapat digunakan sebagai dasar dalam memecahkan masalah yang dihadapi pada masa kini.
- d. Kemudahan dalam mengakses sumber informasi, terutama melalui media dan teknologi, sangat memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Individu yang memiliki lebih banyak sumber informasi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih luas dan lebih cepat memperoleh informasi baru.
- e. Minat mendorong seseorang untuk mencoba, mempelajari, dan menekuni suatu hal tertentu. Adanya minat yang kuat akan membuat individu lebih aktif mencari informasi sehingga pengetahuannya menjadi lebih mendalam.
- f. Lingkungan mencakup kondisi fisik, biologis, dan sosial di sekitar individu. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan, keran nilai dan kebiasaan yang berlaku di lingkungan tersebut dapat membentuk sikap dan perilaku seseorang.
- g. Sistem sosial dan budaya dalam masyarakat memengaruhi sikap individu dalam menerima informasi. Lingkungan sosial yang terbuka cenderung memudahkan seseorang menerima pengetahuan baru, sedangkan lingkungan yang tertutup dapat menghambat penerimaan informasi.

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan melalui wawancara atau kuesioner yang memuat pertanyaan sesuai dengan materi yang akan dinilai

pada responden. Instrumen pengukuran disusun berdasarkan tingkat pengetahuan, yaitu meliputi kemampuan mengetahui, memahami, menerapkan, menganalisis, mensintesis, dan mengevaluasi.

Secara umum, bentuk pertanyaan dalam pengukuran pengetahuan dibedakan menjadi dua, yaitu pertanyaan subjektif (misalnya esai) dan pertanyaan objektif (seperti pilihan ganda, benar-salah, dan menjodohkan). Penilaian dilakukan dengan memberikan skor 1 untuk menjawab benar dan 0 untuk jawaban salah. Skor yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan skor maksimal dan dikonversi dalam bentuk persentase. Hasil persentase tersebut selanjutnya diklasifikasikan ke dalam tiga kategori, yaitu baik (76-100%), cukup (56-75%), dan kurang (<55%) (Darsini et al., 2019).

D. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori