

ORIGINAL ARTICLE

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI STIKES KUSUMA HUSADA SURAKARTA

Dheny Rohmatika*, Desy Widyastutik, Wijayanti

Universitas Kusuma Husada Surakarta

Corresponding author: Dheny Rohmatika, Email: dhenyr82@gmail.com

Received: April 25, 2020; Accepted: May 30, 2020; Published: August 2020

RINGKASAN

Anemia pada remaja dapat berdampak pada menurunnya produktifitas kerja ataupun kemampuan akademis di sekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi. Anemia juga dapat mengganggu pertumbuhan dimana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna. Selain itu, daya tahan tubuh akan menurun sehingga mudah terserang penyakit, menurunnya prestasi akademik keberhasilan seseorang dalam belajar, adapun penyebab kejadian anemia dipengaruhi berbagai factor baik secara langsung dan tidak langsung. bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di stikes kusuma husada Surakarta. Jenis penelitian adalah penelitian observasional analitik, dengan Pendekatan *Cross sectional Study*. Sampel penelitian adalah semua remaja putri yang berjumlah 70 remaja diambil secara *systematic random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1) uji kadar Hb dengan *hemoque*, 2) timbangan injak, 3) microtoa, 4) formulir *recall* 2x24 dan 5) kuesioner. Data yang diperoleh dalam penelitian ini diolah dengan menggunakan uji statistik *chi-square* dengan derajat kemaknaan ($\alpha = 5\%$) = 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri di di stikes kusuma husada Surakarta. Tentang status gizi ($p=0.002$) dan menstruasi ($p=0,015$). Sedangkan variabel yang tidak berhubungan secara signifikan adalah tingkat pengetahuan tentang anemia ($p=0,416$) dan tingkat konsumsi zat besi ($p=0,592$).

Kata kunci: Anemia, Remaja Putri

ABSTRACT

Anemia in adolescents can have an impact on decreasing work productivity or academic ability at school, because there is no passion for learning and concentration. Anemia can also interfere with growth where height and weight become imperfect. In addition, the body's resistance will decrease so that it is easy to get sick, the academic achievement of a person's success in learning will decrease, while the causes of anemia are influenced by various factors, both directly and indirectly. This study aims to determine the factors associated with the incidence of anemia in adolescent girls at stikes Kusuma Husada Surakarta. This type of research is an analytical observational study, with a cross sectional study approach. The research sample was all young women, amounting to 70 teenagers taken by systematic random sampling. The instruments used in this study were 1) Hb level test with hemoque, 2) stamping scales, 3) microtoa, 4) 2x24 recall form and 5) questionnaire. The data obtained in this study were processed using the chi-square statistical test with a degree of significance ($\alpha = 5\%$) = 0.05. The results showed that there was a significant relationship with the incidence of anemia

in adolescent girls in stikes kusuma husada Surakarta. Nutritional status ($p=0.002$) and menstruation ($p=0.015$). While the variables that were not significantly related were the level of knowledge about anemia ($p=0.416$) and the level of iron consumption ($p=0.592$).

Keywords: Anemia, Young Women

PENDAHULUAN

Di Indonesia terdapat empat masalah gizi yang utama yaitu Kurang Kalori Protein (KKP), Kurang Vitamin A (KVA), gondok endemik dan kretin serta anemia gizi (Bapelkes Salaman, 2000:161). Anemia gizi merupakan masalah gizi yang paling utama di Indonesia, yang disebabkan karena kekurangan zat besi. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 1995 menunjukkan 57,1% remaja putri; 39,5% wanita usia subur dan 50,9% ibu hamil menderita anemia (Dinkes propinsi Jawa Timur, 2002:1). Sedangkan berdasarkan hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 2001 menunjukkan 26,5% remaja putri; 40% WUS dan 47% anak usia 0-5 tahun menderita anemia (Briawan, 2013).

Timbulnya anemia dapat disebabkan oleh kekurangan sumber makanan yang mengandung zat besi, karena zat besi merupakan senyawa penting sebagai penyusun hemoglobin dan ini terjadi karena asuhan pola makan yang salah, tidak teratur dan tidak menyeimbangkan kecukupan sumber gizi yang dibutuhkan tubuh (Kompasiana, 2014). Dengan terjadinya anemia pada remaja dapat berdampak pada menurunnya produktifitas kerja ataupun kemampuan akademis di sekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi. Anemia juga dapat mengganggu pertumbuhan dimana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna. Selain itu, daya tahan tubuh akan menurun sehingga mudah terserang penyakit (Depkes RI, 2013).

Remaja putri menderita anemia, hal ini dapat dimaklumi karena masa remaja adalah masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi lebih tinggi termasuk

zat besi. Disamping itu remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan sehingga membutuhkan zat besi lebih tinggi, sementara jumlah makanan yang dikonsumsi lebih rendah daripada pria, karena faktor ingin langsing (Depkes RI, 2013). Pantang makanan tertentu dan kebiasaan makan yang salah juga merupakan penyebab terjadinya anemia pada remaja putri (Ellya S, 2010).

Anemia kekurangan zat besi dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja putri antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar. Disamping itu remaja putri yang menderita anemia kebugarannya juga akan menurun, sehingga menghambat prestasi olahraga dan produktivitasnya. Selain itu masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang sangat cepat, kekurangan zat besi pada masa ini akan mengakibatkan tidak tercapainya tinggi badan optimal (Depkes RI, 2013).

Pada saat ini pemerintah mempunyai Program Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) pada remaja putri, untuk mencegah dan menanggulangi masalah Anemia gizi besi melalui suplementasi zat besi sebesar 60-120 mg (Bobak, Lowdermilk, Jansen, 2004). Terapi zat besi ini dapat dikombinasikan dengan terapi komplementer yang berasal dari herbal. Terapi komplementer merupakan terapi alternatif yang digunakan bersama atau sebagai tambahan terhadap pengobatan konvensional (Vitahealth, 2016).

METODE

Metode penelitian jenis kuantitatif dengan desain *Cross Sectional Study*, lokasi penelitian STIKes Kusuma Husada Surakarta dan waktu penelitian bulan

Maret-Agustus 2019, populasi dan sampel 70 remaja putri, instrumen yang digunakan kuisioner, dan Hb Set, teknik analisis data dengan uji *Chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini adalah remaja yang mengalami anemia dengan jumlah responden sebanyak 70 orang, Hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Responden karakteristik responden

No	Karakteristik	Jumlah	Prosentase
1	Usia		
	18 tahun	17	24%
	19 tahun	36	52%
	20 tahun	2	12%
2	Pendidikan		
	SD	0	0%
	SLTP	0	0%
	SLTA	70	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian adalah usia 19 tahun yaitu sebanyak 36 anak (52%), berpendidikan SLTA 70 anak (100%).

Tabel 2 Distribusi Responden menurut tingkat pengetahuan anemia

No.	Uraian	Frekuensi	Prosentasi %
1	Kurang	18	25,7
2	Cukup	48	68,6
3	Baik	4	5,7

Berdasarkan tabel 2 hasil penelitian didapatkan 48 responden (68,6%) dalam tingkat pengetahuan tentang anemia cukup, 18 responden (25,7%) dalam tingkat kurang dan 4 responden (5,7%) dalam tingkat baik.

Tabel 3 Distribusi Responden menurut tingkat konsumsi Zat Besi

No.	Uraian	Frekuensi	Prosentasi %
1	Kurang	59	80
2	Cukup	3	4,3
3	Baik	11	15,7

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa konsumsi zat besi

responden sebagian besar dalam kategori kurang yaitu sebanyak 59 responden (80,0), baik sebanyak 11 responden (15,7%), Cukup sebanyak 3 responden (4,3%) dan tidak ada responden dalam tingkat konsumsi zat besi baik.

Tabel 4 Distribusi Responden menurut Status Gizi

No.	Uraian	Frekuensi	Prosentasi %
1	Kurus	25	35,7
2	Normal	41	58,6
3	Gemuk	4	5,7

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi normal sebanyak 41 responden (58,6%); 25 responden (35,7%) dalam kategori kurus dan 4 responden (5,7%) dalam kategori gemuk.

Tabel 5 Distribusi Responden menurut menstruasi

No.	Uraian	Frekuensi	Prosentasi %
1	Menstruasi	20	28,6
2	Tidak menstruasi	50	71,4

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden tidak sedang mengalami menstruasi pada saat pemeriksaan Hb yaitu sebanyak 50 responden (71,4%) dan yang sedang mengalami menstruasi sebanyak 20 responden (28,6%)

Tabel 6 Distribusi Responden menurut kejadian anemia

No.	Uraian	Frekuensi	Prosentasi %
1	Anemia	33	47,1
2	Tidak Anemia	37	52,9

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 37 responden (52,9%) dan yang mengalami anemia sebanyak 33 responden (47,1%).

Tabel 7 Rekap keseluruhan Hubungan antar faktor penyebab anemia dengan kejadian anemia

No	Variabel	<i>p value</i>	RP
1	Pengetahuan	0,416	1,778
2	Konsumsi Zat Besi	0,592	0,839
3	Status Gizi	0,002	2,175
4	Menstruasi	0,015	1,842

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *chi-square* antara variabel tingkat pengetahuan, tentang anemia dengan variabel kejadian anemia diperoleh $p = 0,416$ ($p > 0,05$) yang artinya tidak ada hubungan secara signifikan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia. Suatu hal yang meyakinkan tentang pentingnya pengetahuan gizi didasarkan pada kenyataan bahwa status gizi yang cukup adalah penting bagi kesehatan dan kesejahteraan; setiap orang hanya akan cukup zat gizi jika makanan yang dimakannya mampu menyediakan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan tubuh yang optimal, pemeliharaan dan energi; serta ilmu gizi memberikan fakta-fakta yang perlu sehingga penduduk dapat belajar menggunakan pangan dengan baik bagi perbaikan gizi (Suhardjo, 2013). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan rata-rata responden memiliki tingkat pengetahuan tentang anemia yang tinggi yaitu sejumlah 52 responden atau 74,3 % dari total sampel. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kecamatan Jatibarang, Kabupaten Brebes ($p = 0,416$).

Variabel konsumsi zat Besi dengan variabel kejadian anemia diperoleh $p = 0,592$ ($p > 0,05$), yang artinya tidak ada hubungan secara signifikan antara tingkat konsumsi zat besi dengan kejadian anemia. Rendahnya *intake* zat besi kedalam tubuh yang berasal dari konsumsi zat besi dari

makanan sehari-hari merupakan salah satu penyebab terjadinya anemia. Banyaknya zat besi yang ada dalam makanan yang kita makan yang dapat dimanfaatkan oleh tubuh kita tergantung pada tingkat absorpsinya (Mery E Beck, 2010). Tidak adanya hubungannya antara tingkat konsumsi zat besi dengan kejadian anemia dalam penelitian ini antara lain disebabkan oleh masih rendahnya penyerapan zat besi dalam tubuh (adanya kebiasaan minum teh setelah makan, masih kurangnya konsumsi protein hewani) responden dan kurangnya waktu recall konsumsi makanan.

Variabel status gizi dengan variabel kejadian anemia diperoleh $p = 0,002$ ($p > 0,05$), yang artinya ada hubungan secara signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia. Status gizi didapat orang dari nutrien yang diberikan kepadanya. Ada tiga jenis kekurangan gizi, ada yang kurang secara kualitatif dan ada yang kurang secara kuantitatif, serta kekurangan keduanya. Apabila kuantitas nutrient cukup, tetapi kualitasnya kurang maka orang dapat menderita berbagai kekurangan vitamin, mineral, protein dan lain-lainnya (Juli Soemirat, 2010). Masalah status gizi pada remaja di Indonesia meliputi kurang zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dan kurang zat gizi mikro (vitamin, mineral). Kurang zat gizi makro dan mikro menyebabkan tubuh menjadi kurus, berat badan turun, anemia dan mudah sakit. Status gizi merupakan gambaran secara makro akan zat gizi tubuh kita, termasuk salah satunya adalah zat besi. Dimana bila status gizi tidak normal dikhawatirkan status zat besi dalam tubuh juga tidak baik. Sehingga dapat dikatakan bahwa status gizi merupakan salah satu faktor risiko terjadinya anemia.

Variabel menstruasi dengan variabel kejadian anemia diperoleh $p = 0,015$ ($p > 0,05$), yang artinya ada hubungan secara signifikan antara menstruasi dengan kejadian

anemia. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Arisman (2014) yang menyatakan bahwa remaja putri yang sudah mengalami *menarche*, jika darah yang keluar selama menstruasi sangat banyak (banyak yang tidak sadar kalau darah menstruasinya terlalu banyak) akan terjadi anemia defisiensi zat besi, karena jumlah darah yang hilang selama satu periode haid berkisar 20-25 cc, jumlah ini menyiratkan kehilangan zat besi sebesar 12,5-15 mg/bulan, atau kira-kira sama dengan 0,4-0,5 mg/hari. Jika jumlah tersebut ditambah dengan kehilangan basal, jumlah total zat besi yang hilang sebesar 1,25 mg/hari.

KESIMPULAN

- a. Tidak ada hubungan secara signifikan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia dengan nilai $p = 0,416$ ($p > 0,05$)
- b. Tidak ada hubungan secara signifikan antara tingkat konsumsi zat besi dengan kejadian anemia, dengan nilai $p = 0,592$ ($p > 0,05$),
- c. Ada hubungan secara signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia, dengan nilai $p = 0,002$ ($p > 0,05$)
- d. Ada hubungan secara signifikan antara menstruasi dengan kejadian anemia dengan nilai $p = 0,015$ ($p > 0,05$)

REFERENSI

Achmadi, UF. *Kesehatan Masyarakat Teori dan Aplikasi*, PT. Raja Grafindo Persada Jakarta.2013.

Ambarwati, F.R. (2012). *Gizi dan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Cakrawala Ilmu.

Amudha, M. (2016). Prevalence of anemia among adolescent girls: A cross sectional exploratory study. *International Journal of Applied Research* 2016; 2(3): 630-632

Bakta, I.M. (2013). *Hematologi Klinik Ringkas*. Jakarta: EGC

Briawan, D. (2013). *Anemia Masalah Gizi pada Remaja Wanita*. Jakarta: EGC

Cakrawati, D., & Mustika, N.H. (2012). *Bahan Pangan, Gizi dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.

Depkes. (2013). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan R

Ellya Sibagariang, Eva, dkk. *Gizi Reproduksi Wanita*. Trans Info Media, Jakarta.2010.

Gudono, Ph.D. *Analisis Data Multivariat*, Edisi Pertama, Cetakan Pertama. BPFE: Yogyakarta. 2011

Khairunnisa. 2014. *Kadar Hemoglobin Santri Putri Berdasarkan Status Menarche Dan Indeks Massa Tubuh (IMT) (Studi Di Pondok Pesantren Asy-Syarifah, Kec. Mranggen, Kab. Demak, tahun 2014)*. Skripsi.

Kusuma NI. 2015. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Anemia pada Remaja Putri terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap dalam Mencegah Anemia pada Siswi Kelas X SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta*: STIKES'Aisyiyah Yogyakarta; 2015

Pratiwi, E. (2016). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Pada Siswi MTS Ciwandan Cilegon-Banten Tahun 2015*. Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta

Proverawati. (2011). *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika

Proverawati, A, Wati, EK 2011, *Ilmu Gizi untuk Keperawatan & Gizi Kesehatan*, Penerbit Muha Medika, Yogyakarta. 2011

RISKESDAS. 2013. *Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan*, DepKes RI. 2013

Suryani, D., Hafiani, R., & Junita, R. (2015). *Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri*

- Kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas* Vol. 10 (1).11-18
- Sulistyoningsih H., 2011. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Supriasa, I. D. N., Bakri, B., Fajar, I. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
- Waryono. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Riham
- WHO. (2013). *Iron Deficiency Anaemia Assessment, Prevention, and Control*.
- Widyastuti, A.P. 2014. *Hubungan Kadar Hemoglobin Siswa Dengan Prestasi Belajar Di Sekolah Dasar Negeri 1 Bentangan Wonosari Kabupaten Klaten*. Skripsi. 2014