

FAKTOR RESIKO KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MAS PP NURUDDIN

Ani Triana

Prodi DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru
Alamat: Jl. Mustafa Sari No.5, Tengkerang Sel., Kec. Bukit Raya,
Kota Pekanbaru, Riau 28281

Email: anitriana@htp.ac.id

ABSTRAK

Anemia adalah suatu kondisi kekurangan jumlah sel darah merah atau hemoglobin darah di bawah normal. Salah satu masalah Gizi remaja putri di Asia Tenggara adalah anemia defisiensi zat besi yaitu kira-kira 25-40% remaja putri mengalami anemia tingkat ringan sampai berat. Faktor yang berpengaruh pada kejadian anemia adalah pengetahuan, lama menstruasi, dan pola konsumsi makanan. Dari studi pendahuluan bahwa MAS PP nuruddin tidak pernah di datangi oleh puskesmas untuk pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan khususnya tentang anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan faktor kejadian anemia pada remaja putri di MAS PP Nuruddin Desa Sungai Sarik. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain penelitian adalah "cross sectional". Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja putri, sampel sebanyak 30 orang dengan teknik sampling yaitu total sampling. Jenis data pada penelitian ini adalah data primer, dengan analisis data unvariat, bivariat dengan uji *Chi Square*. Hasil univariat didapatkan mayoritas remaja putri mengalami anemia sebanyak 19 orang (63,3%). Hasil bivariat ditemukan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian anemia *pvalue* ($0,004 < 0,05$), ada hubungan yang signifikan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia *pvalue* ($0,017 < 0,05$), dan ada hubungan yang signifikan antara pola konsumsi makanan dengan kejadian anemia *pvalue* ($0,011 < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa faktor resiko kejadian anemia pada remaja putri disebabkan oleh pengetahuan, lama menstruasi dan pola konsumsi makanan. Perlunya kerja sama antara sekolah dan pihak puskesmas untuk pemeriksaan kesehatan rutin khususnya pemeriksaan Hb dan Penyuluhan kesehatan pada remaja.

Kata Kunci : Faktor Resiko Anemia, Remaja Putri

ABSTRACT

*Anaemia is a condition in which the number of red blood cells or the haemoglobin concentration within them is lower than normal. The nutritional problems for teenage girl in Southeast Asia is iron deficiency anemia, where approximately 25-40% of teenage girl experience mild to severe anemia. Factors that influence of anemia are knowledge, length of menstruation, and food consumption patterns. From study PMA IBS Nuruddin never came to the public health center for health checks and counseling, especially about anemia. This study aims to determine the relationship between the factors of anemia in teenage girl at PMA IBS Nuruddin Sungai Sarik Village. This research is quantitative with the research design is "cross sectional". The population and sample of this study were all teenage girl, a sample of 30 people with a sampling technique, namely total sampling. The type of data is primary data, with univariate data analysis, bivariate with the Chi Square test. Univariate results showed that the majority of young women had anemia as many as 19 people (63,3%). The bivariate results found that there was a significant relationship between knowledge and the incidence of anemia *p-value* ($0,004 < 0,05$), there was a significant relationship between the length of menstruation and the incidence of anemia *p-value* ($0,017 < 0,05$), and there was a significant relationship*

between food consumption patterns and the incidence of anemia pvalue ($0,011 < 0,05$). The conclusion is that the risk factors for anemia in young women are caused by knowledge, length of menstruation and food consumption patterns. The need for cooperation between schools and health centers for routine health checks, especially Hb checks and health education for adolescents.

Keywords: *Anemia Risk Factors, Young Women*

Pendahuluan

Anemia adalah suatu kondisi di mana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari biasanya (WHO, 2022). Remaja putri lebih berisiko mengalami anemia daripada remaja putra. Ini mungkin karena beberapa alasan, termasuk fakta bahwa remaja putri kehilangan darah setiap bulan selama siklus menstruasi dan banyak remaja putri makan lebih sedikit daging merah daripada remaja pria (Hubbard, 2018). Remaja putri memiliki risiko anemia yang lebih tinggi karena kebutuhan yang meningkat, asupan yang rendah nutrisi hematopoietik dan rendahnya asupan nutrisi yang meningkatkan penyerapannya nutrisi hematopoietik (Engidaw et al., 2018).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sebanyak 32% atau tiga dari sepuluh remaja Indonesia menderita penyakit anemia. Hal ini dipengaruhi oleh asupan gizi rutin yang tidak optimal serta kurangnya aktivitas fisik. Sebab itu, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan mengangkat tema Remaja Sehat, Bebas Anemia pada peringatan Hari Gizi Nasional (HGN) 2021 (Kemenkes RI, 2018a).

Remaja putri (rematri) rentan menderita anemia karena banyak kehilangan darah pada saat menstruasi. Rematri yang menderita anemia berisiko mengalami anemia pada saat hamil. Hal ini akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan menyebabkan kematian ibu dan anak (Kemenkes RI, 2018b). Menurut Jaelani, dkk (2017) dan Satyagraha (2020) bahwa faktor resiko yang berhubungan dengan kejadian anemia adalah pengetahuan, lama menstruasi dan pola konsumsi makanan.

Dari hasil survei MAS PP Nuruddin merupakan salah satu sekolah swasta di bawah Kementerian Agama Kabupaten Kampar. Letaknya yang sangat terisolir membuat banyak pihak tidak begitu memperhatikan kesehatan di sekolah tersebut. Peneliti mewawancarai kepala sekolah dan menyatakan bahwa tidak ada dilakukan penyuluhan tentang anemia dan belum pernah dilakukan pemeriksaan kadar Hb disekolah tersebut dari tenaga kesehatan khususnya pihak puskesmas, tidak ada pemberian Tablet Fe dan informasi dari pihak UKS bahwa sering terdapat siswi yang memiliki tanda-tanda terlihat lemah, pucat, pusing yang sering masuk UKS bahkan tanda-tanda tersebut sering dialami siswi yang sedang haid. Adapun

tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan faktor kejadian anemia pada remaja putri di MAS PP Nuruddin Desa Sungai Sarik.

Metode

Penelitian ini dengan kuantitatif berjenis analitik observasional, menggunakan desain studi penampang analitik (*analytic cross-sectional study*) yang dilaksanakan di MAS PP Nuruddin Desa Sungai Sarik dari 01 Januari-02 Agustus 2022. Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja putri, sampel sebanyak 30 orang dengan teknik sampling yaitu total sampling. Jenis data pada penelitian ini adalah data primer dengan prosedur pengumpulan data melalui pemberian kuesioner kepada responden. Analisis data yang digunakan yaitu analisis data univariat, bivariat dengan uji *Chi Square*.

Hasil

Berdasarkan penelitian yang dilakukan mengenai hubungan faktor resiko dengan kejadian anemia di MAS PP Nuruddin didapatkan hasil distribusi frekuensi dari analisis univariat bahwa mayoritas remaja putri mengalami anemia sebanyak 19 orang (63,3%), 53,3 % remaja putri dengan pengetahuan kurang, 60 % memiliki lama menstruasi tidak normal, 56,7 % memiliki motivasi pola konsumsi makanan yang tidak baik. Tidak ada variabel yang homogen (salah satu kategorinya mempunyai nilai < 15%).

Tabel 1
Distribusi frekuensi kejadian anemia, pengetahuan, lama menstruasi dan pola konsumsi makanan

Variabel	Frekuensi	
	N = 30	%
Kejadian Anemia		
Anemia	19	63,3
Tidak Anemia	11	36,7
Pengetahuan		
Kurang	16	53,3
Baik	14	46,7
Lama Menstruasi		
Tidak Normal	18	60
Normal	12	40
Pola Konsumsi Makanan		
Tidak Baik	17	56,7
Baik	13	43,3

Untuk mengetahui hubungan faktor resiko dengan kejadian anemia di MAS PP Nuruddin dengan uji chi-square dengan $\alpha = 0,05$, CI; 95 % dan $OR > 1/OR < 1$.

Tabel 2
Hubungan faktor resiko dengan kejadian anemia di MAS PP Nuruddin

Variabel	Kejadian Anemia					<i>p</i> <i>Value</i>	OR (95 % CI)
	Anemia		Tidak Anemia		Total		
	N	%	n	%	n (%)		
Pengetahuan							
Kurang	15	88,2	2	11,8	17	0,004	16,875 (2,555- 111,463)
Baik	4	30,8	9	69,2	13		
Lama Menstruasi							
Tidak Normal	15	83,3	3	16,7	18	0,017	10,00 (1,781- 56,150)
Normal	4	33,3	8	66,7	12		
Pola Konsumsi Makanan							
Tidak Baik	14	87,5	2	12,5	16	0,011	12,600 (1,999- 79,436)
Baik	5	63,3	9	36,7	14		

Pada tabel 2 dari hasil analisis bivariat menunjukkan dari 3 variabel independen seluruh variabel independen berhubungan signifikan dengan kejadian anemia, yaitu variabel pengetahuan dengan pvalue $0,004 < 0,05$ (OR= 16,875 (2,555-111,463)), lama haid dengan pvalue $0,017 < 0,05$ (OR= 10,00 (1,781-56,150)), dan pola konsumsi makanan dengan pvalue $0,011 < 0,05$ (OR= 12,600 (1,999-79,436)).

Pembahasan

Dari hasil penelitian ditemukan bahwa mayoritas remaja putri mengalami anemia sebanyak 19 orang (63,3%). Hasil temuan penelitian ini lebih tinggi dibandingkan penelitian yang dilakukan oleh Martini (2015), Arsiyanti, dkk (2015), Agustina, dkk (2017), Harahap (2018), dan Mulyani, dkk (2021). Prevalensi kejadian anemia pada remaja yang ditemukan pada penelitian Balci, dkk (2012) adalah 37 orang (59%). Pada penelitian ini yang berhubungan signifikan dengan kejadian anemia, yaitu variabel pengetahuan dengan pvalue $0,004 < 0,05$ (OR= 16,875 (2,555-111,463)) yang artinya remaja putri yang memiliki pengetahuan rendah 16 kali berisiko mengalami anemia daripada remaja putri yang memiliki pengetahuan tinggi. Pada variabel lama menstruasi didapatkan bahwa pvalue $0,017 < 0,05$ (OR= 10,00 (1,781-56,150)) yang artinya remaja putri dengan lama menstruasi yang tidak normal berisiko 10 kali berisiko mengalami anemia dibandingkan remaja putri dengan lama menstruasinya normal. Pada variabel pola konsumsi makanan didapatkan hasil bahwa pvalue $0,011 < 0,05$ (OR=

12,600 (1,999-79,436)) berarti remaja putri dengan pola konsumsi makanan yang tidak baik berisiko 12 kali mengalami anemia daripada remaja putri dengan pola konsumsi makanan yang baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Listiana (2016) bahwa remaja putri dengan pengetahuan kurang memiliki risiko terkena anemia dibandingkan remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik. Hasil penelitiannya juga menyimpulkan bahwa kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda dan gejala, komplikasi, dan pencegahan dapat menyebabkan remaja putri mengkonsumsi makanan yang tidak banyak mengandung zat besi sehingga kebutuhan zat besi tidak tercukupi. Untuk mengatasinya yaitu berupa penyuluhan kepada remaja putri tentang anemia. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2018) bahwa pengetahuan yang dimiliki remaja akan merubah pola pikir remaja tersebut dari tidak tahu menjadi tahu. Pola pikir akan mempengaruhi perilaku yang akan dilakukan remaja. Semakin baik pengetahuan responden maka semakin besar harapan terhindar dari anemia, dan responden yang berpengetahuan kurang akan memiliki risiko terkena anemia.

Pada variabel lama menstruasi, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Pibriyanti (2021) bahwa ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia. Hasil temuan pada penelitian Jaelani, dkk (2017) bahwa pada 100 responden didapatkan lebih dari setengahnya (73,0%) dengan kategori haid tidak normal (jika lama haid ≥ 6 hari) dan hampir setengah (27,0%) remaja putri dengan haid normal (jika lama haid > 6 hari). Menurut Basith, dkk (2017) bahwa lama dan panjang siklus menstruasi yang tidak normal dapat menyebabkan terjadinya anemia, dikarenakan darah yang dikeluarkan akan lebih banyak dari jumlah normalnya.

Penelitian ini menunjukkan bahwa pada variabel pola konsumsi makanan sejalan dengan penelitian Kaewpawong (2022) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsi makanan dengan kejadian anemia. Hal ini menunjukkan bahwa jika anak remaja sekolah memahami dengan jelas manfaat konsumsi makanan maka perilaku konsumsi makanan yang tepat juga harus dilakukan dengan baik. Pada penelitian ini perlunya peran tenaga kesehatan untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja melalui pendidikan kesehatan dalam bentuk penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia dan pemeriksaan kesehatan rutin untuk memantau kesejahteraan remaja, serta pemberian tablet tambah darah.

Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran (Termometer)

Vol.1, No.1 Januari 2023

e-ISSN: 2962-1119; p-ISSN :2964-9668 : Hal 01-07

Kesimpulan

Anemia tetap menjadi masalah kesehatan yang terus-menerus di kalangan remaja putri, terlihat dari hasil penelitian bahwa prevalensi anemia pada remaja putri adalah 19 orang (63,3%). Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa variabel yang berhubungan signifikan dengan kejadian anemia adalah pengetahuan, lama menstruasi, dan pola konsumsi makanan.

Saran

Perlunya kerjasama pihak sekolah dengan tenaga kesehatan setempat untuk melakukan kegiatan penyuluhan dan sosialisasi tentang anemia pada remaja serta pemeriksaan kesehatan berkala dan pemberian tablet penambah darah

Daftar Pustaka

- Agustina, E. E., Laksono, B., & Indriyanti, D. R. (2017). Determinan Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri Berdasarkan Jenjang Pendidikan di Kabupaten Kebumen. *Public Health Perspective Journal*, 2(1), 26–33. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/php>
- Arsiyanti, Hadju, V., & Nontji, W. (2015). Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri di Kecamatan Bontoramba Kabupaten Jeneponto. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7. <http://pasca.unhas.ac.id/jurnal/files/feebe11a479a99942311ee7f12801140.pdf>
- Balci, Y. I., Karabulut, A., Gürses, D., & Çövüt, I. E. (2012). Prevalence and risk factors of anemia among adolescents in Denizli, Turkey. *Iranian Journal of Pediatrics*, 22(1), 77–81.
- Basith, A., Agustina, R., & Diani, N. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Dunia Keperawatan*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.20527/dk.v5i1.3634>
- Engidaw, M. T., Wassie, M. M., & Teferra, A. S. (2018). Anemia and associated factors among adolescent girls living in Aw-Barre refugee camp, Somali regional state, Southeast Ethiopia. *PLoS ONE*, 13(10), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0205381>
- Harahap, N. R. (2018). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Nursing Arts*, 12(2), 78–90. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.78>
- Hubbard, S. (2018). *Why young girls are at risk for anemia*. Chicago Health Online. <https://chicagohealthonline.com/young-girls-risk-anemia/>
- Jaelani, M., Simanjuntak, B. Y., & Yuliantini, E. (2017). Faktor Risiko yang Berhubungan

- dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 358. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.625>
- Kaewpawong, P., Kusol, K., Bunkarn, O., & Sutthisompohn, S. (2022). Association between Knowledge about Anemia, Food Consumption Behaviors, and Hematocrit Level among School-Age Children in Nakhon Si Thammarat Province, Thailand. *Sustainability*, 14(21), 14599. <https://doi.org/10.3390/su142114599>
- Kemendes RI. (2018a). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kemendes RI. (2018b). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kementerian Kesehatan RI. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Listiana, A. (2016). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri di SMKN 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah. *Jurnal Kesehatan*, 7(3), 455. <https://doi.org/10.26630/jk.v7i3.230>
- Martini. (2015). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Man 1 Metro. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, VIII(1), 1–7.
- Mulyani, R., Lupiana, M., & Yuniarto, A. E. (2021). Faktor Resiko Anemia Pada Remaja Putri Obesitas Di Bandar Lampung Tahun 2020. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 6(1), 66. <https://doi.org/10.32807/jgp.v6i1.250>
- Pibriyanti, K., Nufus, N. T., & Luthfiya, L. (2021). of Menstruation , and Physical Activities With the Incident of Anemia in. *Journal Of Nutrition College*, 10, 112–119. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Satyagraha, K., Putera, K., Noor, M. S., & Heriyani, F. (2020). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia di SMP Negeri 18 Banjarmasin 2019 / 2020. *Jurnal Homeostatis*, 3(2), 217–222.
- WHO. (2022). *Anaemia*. World Health Organization. https://www.who.int/health-topics/anaemia#tab=tab_1