

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI DI SMP N 3 KECAMATAN TEBING
KABUPATEN KARIMUN TAHUN 2017**

Kurniawati Ningsih¹⁾, Saiful Batubara²⁾

Department of Midwifery, Faculty of Medicines¹⁾

Department of Medical, Faculty of Medicines²⁾

Universitas Batam, Batam, Indonesia

kurniawatiningsih@yahoo.com; saifulbatubara@yahoo.com

ABSTRACT

Anemia is one of nutrition problem in the world. The incidences of anemia in Indonesia are relatively high. The prevalence of anemia at Karimun Regency happened on 729 schoolgirls (12.8%) in 2016. Pre-survey done on 20 school girls from SMP N 3 Tebing showed that 6 girls (30%) got anemia. This study was to investigate the factors concerning anemia incidences on school girls at SMP N 3 Tebing of Karimun Regency. The study used cross sectional approach with 62 girls as samples after systematic sampling technique. Data collection was done through questionnaires and Hb test. The correlation analysis was done by using chi square. Result found that 38 students got anemia (61.3%). Statistical test showed that factors concerning anemia are knowledge level ($p=0.011$), meal schedule ($p=0.021$) and menstrual pattern ($p=0.022$). The school health unit should intensify anemia prevention program on school girls by giving socialization about anemia and distributing Fe tablet..

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu keadaan tubuh yang ditandai dengan defisiensi pada ukuran dan jumlah eritrosit atau pada kadar hemoglobin yang tidak mencukupi untuk fungsi pertukaran O₂ dan CO₂ di antara jaringan darah. Anemia hingga saat ini masih menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia selain masalah kurang energi protein, kurang vitamin A dan gangguan akibat kurang yodium (GAKI) (Almatsier, 2009).

Anemia lebih banyak di derita oleh anak remaja putri dibandingkan anak-anak dan usia dewasa, karena remaja putri berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga banyak membutuhkan sumber zat besi, selain itu remaja memerlukan lebih banyak zat besi untuk mengganti zat besi yang hilang bersama darah haid. Apabila remaja mengalami anemia dapat menyebabkan terhambatnya perkembangan motorik, mental dan kecerdasan, menurunkan fisik dan tingkat kebugaran, juga menurunkan kemampuan belajar dan konsentrasi belajar, serta dapat mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi

badan tidak mencapai optimal (Merryana, 2012). Selain itu, remaja dengan anemia kemudian hamil akan mengalami risiko seperti perdarahan antepartum, abortus, persalinan prematur, hambatan tumbuh kembang janin dan mudah terinfeksi (Manuaba, 2004).

Di negara berkembang sekitar 26% remaja putri menderita anemia sedangkan di negara maju angka tersebut hanya berada pada bilangan 7%. Secara garis besar, sebanyak 44% wanita di negara berkembang (10 negara di Asia Tenggara, termasuk Indonesia) mengalami anemia kekurangan besi (Arisman, 2010).

Badan kesehatan dunia (WHO, 2008) menyatakan prevalensi kejadian anemia di dunia sebanyak 24,8% dari total penduduk di dunia (hampir 2 milyar penduduk di dunia).

Anemia masih banyak di derita oleh perempuan Indonesia, perkiraan prevalensi anemia di Indonesia pada kelompok anak pra

sekolah, dewasa tidak hamil dan pada penghasilan rendah, angka prevalensinya 30-40%, anak usia sekolah prevalensinya 25-35%, ibu hamil prevalensinya 50-70% dan laki-laki dewasa prevalensinya 20-30% (Handayani, 2008).

Menurut data Riskesdas 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7%, dengan proporsi 20,6% di perkotaan dan 22,8% di pedesaan serta 18,4% laki-laki dan 23,9% perempuan. Berdasarkan kelompok umur, penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan sebesar 18,4% pada kelompok umur 15-24 tahun.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Karimun pada triwulan ke IV tahun 2016 telah dilakukan pemeriksaan HB terhadap 5.684 remaja putri di 12 Kecamatan, 729 orang mengalami anemia yaitu sekitar 12,8%.

Pada survey pendahuluan dengan melakukan pemeriksaan HB terhadap 20 siswi kelas VII SMP N 3 Tebing, 6 (30%) diantaranya menderita anemia. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun Tahun 2017”.

TUJUAN PENELITIAN

Diketuinya faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian jenis deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional* yaitu menghubungkan faktor-faktor berupa tingkat pengetahuan, pola makan dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun tahun 2017. Penelitian dilakukan pada bulan Mei 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas VII dan kelas VIII SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun yang berjumlah 164

orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *systematic sampling* dengan jumlah sampel 62 orang. Alat pengumpulan data berupa pemeriksaan HB dengan menggunakan HB meter digital dan kuesioner yang terdiri dari 20 pertanyaan yaitu pertanyaan pengetahuan dengan jumlah pertanyaan 10, untuk mengetahui pola makan dengan jumlah pertanyaan 9 dan pola menstruasi dengan 1 pertanyaan yang telah di uji validitas dan reabilitas. Analisa data univariat menggunakan distribusi frekuensi dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square*.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian dari 62 responden mayoritas mengalami anemia yaitu 38 responden (61,3%), sebagian besar dengan pengetahuan baik yaitu 34 responden (54,8%), mayoritas responden dengan pola makan tidak sehat yaitu 44 responden (71%), dan sebagian besar dengan pola menstruasi tidak normal yaitu sebanyak 32 responden (51,6%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun

Variabel	n = 62	%
Kejadian Anemia		
Anemia	38	61,3
Tidak Anemia	24	38,7
Tingkat Pengetahuan		
Kurang	28	45,2
Baik	34	54,8
Pola Makan		
Tidak Sehat	44	71
Sehat	18	29
Pola Menstruasi		
Tidak Normal	32	51,6
Normal	30	48,4

Tabel 2. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun

Tingkat Pengetahuan	HB				Total	p-value	
	Anemia		Tidak Anemia				
	F	%	F	%			
Kurang	22	78,6	6	21,4	28	100	0,011
Baik	16	47,1	18	52,9	34	100	
Total	38	61,3	24	38,7	62	100	

Pada tabel 2 dari uji statistic yang dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square* pada SPSS versi 22 didapatkan nilai *p value* sebesar 0,011 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan remaja putri dengan kejadian anemia.

Tabel 3. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun

Pola Makan	HB				Total		<i>p-value</i>
	Anemia		Tidak Anemia		F	%	
	F	%	F	%			
Tidak Sehat	31	70,5	13	29,5	44	100	0,021
Sehat	7	38,9	11	61,1	18	100	
Total	38	61,3	24	38,7	62	100	

Tabel 3 menjelaskan bahwa uji statistic dengan uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,021 maka hasil ini menyatakan ada hubungan pola makan remaja putri dengan kejadian anemia.

Tabel 4. Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun

Pola Menstruasi	HB				Total		<i>p-value</i>
	Anemia		Tidak Anemia		F	%	
	F	%	F	%			
Tidak Normal	24	75	8	25	32	100	0,022
Normal	14	46,7	16	53,3	30	100	
Total	38	61,3	24	38,7	62	100	

Hasil dari uji statistic dengan uji *chi-square* pada tabel 4 menunjukkan ada hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan hasil *p value* 0,022.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas remaja putri mengalami anemia yaitu sebesar 61,3%. Ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu tingkat pengetahuan tentang pemenuhan gizi dan pola makan yang kurang baik, selain itu penyakit kronis dan pola menstruasi yang tidak teratur juga menjadi penyumbang terjadinya anemia pada remaja putri.

Pada hasil analisis hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan menggunakan metode *chi-square* diperoleh hasil dengan nilai *p value* 0,011 maka dapat disimpulkan Ho

ditolak, artinya ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun. Peneliti menyimpulkan hal ini diduga karena peningkatan pengetahuan tidak selalu menyebabkan perubahan perilaku, sehingga remaja putri dengan pengetahuan baik belum menjamin praktik terhadap pencegahan anemia juga baik.

Pengetahuan yang baik belum tentu dapat merubah pola sikap remaja putri dalam mencegah anemia. Karena dalam tingkatan pengetahuan menurut Notoatmodjo (2003) "Tahu" merupakan tingkat pengetahuan rendah, untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain : menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya. Apabila dari hasil tahu tapi tidak mampu memahami dengan baik dan akhirnya tidak diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari maka responden tidak mampu untuk mencegah terjadinya anemia. Dan sesuai dengan teori Green yang mengatakan perilaku tidak selalu mengikuti urutan tertentu sehingga terbentuk perilaku positif yang selalu dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap positif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Martini (2015) yang menyatakan bahwa ada hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri (*p value* = 0,048). Pada penelitian ini terdapat remaja putri dengan pengetahuan baik, namun mengalami anemia berjumlah 40,9% (27) dari 66 responden. Hal ini kemungkinan dikarenakan perilaku remaja putri kurang kearah positif.

Sedangkan pada uji statistic dengan uji *chi-square* terkait hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri didapat hasil *p-value* 0,021 yang berarti Ho di tolak, ini dapat disimpulkan bahwa pola makan juga ada hubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa anemia pada remaja berhubungan erat dengan pola makan yang

tidak baik akibat pola dan gaya hidup modern. Kebiasaan makan adalah suatu perilaku yang berhubungan dengan makan seseorang, pola makanan yang dimakan, pantangan makanan, distribusi makanan dalam keluarga dan preferensi terhadap makanan serta cara memilih makanan (Harper dkk, 2006). Pada umumnya remaja lebih menyukai makan makanan jajanan, hal ini menyebabkan makanan yang beraneka ragam yang kandungan gizinya baik tidak dikonsumsi.

Remaja juga lebih cenderung makan bersama teman-temannya diluar rumah dengan waktu yang tidak teratur. Selain itu remaja putri sering mempraktikkan diet dengan cara yang kurang benar seperti melakukan pantangan-pantangan, membatasi atau mengurangi frekuensi makan untuk mencegah kegemukan (Arisman, 2004). Dengan pola konsumsi yang tidak sehat ini maka akan memperbesar risiko remaja mengalami anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Baiq Nurlaili dkk (2015) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai p value $0,002 < 0,05$. Pada penelitian ini, responden mempunyai pola makan dengan kategori baik tetapi mengalami anemia karena konsumsi gizi yang tidak tepat. Gizi merupakan salah satu faktor penentu kualitas sumber daya manusia. Kecukupan gizi sangat diperlukan oleh setiap individu sejak dalam kandungan, bayi, anak-anak, masa remaja hingga usia lanjut. Status gizi mempunyai korelasi positif dengan konsentrasi hemoglobin artinya semakin buruk status gizi seseorang maka akan semakin rendah kadar hemoglobinya (Thompson, 2007 dalam Baiq Nurlaili).

Untuk hasil uji statistic dengan metode uji *chi-square* tentang hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri didapat hasil p value sebesar 0,022 yang berarti H_0 ditolak, ini dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun. Dari hasil penelitian diatas dapat

disimpulkan bahwa siklus menstruasi yang tidak teratur menyebabkan remaja putri kehilangan banyak darah, hal ini dikarenakan faktor hormonal. Faktor lain yang dapat menyebabkan pola menstruasi tidak normal adalah faktor stres. Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari (Hidayat, 2009). Hal ini dapat menjadi faktor pendorong terjadinya gangguan pola menstruasi. Hasil ini sesuai dengan teori Merriyana, dkk (2012) yang menyatakan bahwa faktor-faktor pendorong anemia pada remaja putri salah satunya adalah menstruasi yang berlebihan. Dalam kondisi seperti ini dibutuhkan pemenuhan zat besi yang maksimal, yaitu dengan mengkonsumsi makanan bergizi serta tablet fe.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Yunita Wijayanti (2011) yang menyatakan bahwa pola menstruasi mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri (p value = 0,009). Juga sesuai dengan penelitian Sastrawan (2013) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara siklus haid dengan kejadian anemia pada remaja putri (p value = 0,005) dan lama haid dengan kejadian anemia pada remaja putri (p value = 0,025).

Hasil penelitian ini diperkuat dengan teori yang menyatakan bahwa menstruasi adalah proses peluruhan lapisan dalam dinding rahim yang banyak mengandung pembuluh darah. Jika darah yang keluar selama menstruasi sangat banyak maka akan terjadi anemia difisiensi zat besi (BKKBN, 2008 dalam Yunita Wijayanti).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan beberapa hal yaitu sebagian besar remaja putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun mengalami anemia, dengan tingkat pengetahuan tentang anemia yang cukup baik, tapi pola makan mayoritas tidak sehat serta pola menstruasi juga sebagian besar tidak normal.

Dan dari analisis diperoleh hasil bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan, pola makan dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP N 3 Kecamatan Tebing Kabupaten Karimun.

REKOMENDASI

Diharapkan kepada responden untuk lebih aktif mencari informasi tentang anemia dan pencegahannya dengan mengikuti seminar, penyuluhan dan melalui media cetak dan media elektronik sehingga responden tahu, mengerti dan memahami dengan baik. Hal ini juga harus didukung dengan pihak sekolah untuk lebih memperhatikan siswinya yang mengalami anemia agar tidak mengganggu prestasi belajar siswi serta menghambat tujuan pendidikan. Selain itu, diharapkan tenaga kesehatan dapat meningkatkan kualitas dan kuantitas dalam memberikan informasi secara langsung maupun kelompok khususnya tentang anemia.

REFERENSI

- Almatsier, Sunita. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka
- Arisman MB, (2004). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*, Jakarta: EGC
- Nurlaili Utami, Baiq, dkk. (2015). *Hubungan Pola Makan dan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri*, <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/> Diunduh tanggal 06 Agustus 2017 jam 13.26 WIB
- Handayani, W, Andi Sulistyو Hariwibowo. (2008). *Hematologi*.
- Harper. (2006). *Pangan gizi dan pertanian*. Jakarta: UI Press.
- Manuaba (2010) *Ilmu Kebidanan, Penyakit kandungan Dan Keluarga Berencana*, Jakarta, Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Martini (2015) *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MAN 1 Metro*.<http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/>Diunduh tanggal 30 April 2017 jam 17.08 WIB
- Merryana, Adriani (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana Prenada
- Notoadmojo, Soekidjo (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*Jakarta: Rineka Cipta.
- Sastrawan (2013). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri di Kecamatan Lembar, Kabupaten Lombok Barat Provinsi Nusa Tenggara Barat*, <http://stikesqamarulhuda.ac.id/> Diunduh tanggal 21 Maret 2017 jam 10.15 WIB
- Wijayanti, Yunita (2011). *Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Siswa SMK An Nuroniyah Kemadu Kecamatan Sulang Kabupaten Rembang Tahun 2011*. <http://lib.unnes.ac.id/> Diunduh tanggal 30 April 2017 jam 17.07 WIB