
**FAKTOR YANG MEMPENGARUHI ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP
2 KABUPATEN ROKAN HULU**

Rifa Yanti⁽¹⁾, Desri Yulda⁽²⁾

⁽¹⁾Dosen Program Studi Keperawatan, STIKes Al Insyirah Pekanbaru, email:

*rifaye1@gmail.com

⁽²⁾ Mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, STIKes Al Insyirah Pekanbaru, email: desriarlen@gmail.com

*corresponding author

ABSTRAK

Remaja putri memiliki resiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Kurangnya kadar Hb dalam darah akan memberikan dampak lelah dan stres pada organ tubuh. Kehilangan asupan zat besi serta tidak ada penyerapan dan pembentukan sel darah merah yang sering terjadi pada masa pubertas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja putri di SMP 2 Kabun Kabupaten Rokan Hulu. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas 7 dan kelas 8 SMP 2 Kabun Kabupaten Rokan Hulu Kabupaten Rokan Hulu yaitu sebanyak 92 orang dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* dan uji statistik uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pengetahuan (*p value* = 0,001), pola menstruasi (*p value* = 0,000) dan pola makan (*p value* = 0,038) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP 2 Kabun. Saran peneliti kepada remaja putri agar selalu mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) dan makanan yang kaya zat besi untuk mencegah terjadinya anemia gizi besi.

Kata Kunci : Pengetahuan, Pola Menstruasi, Pola Makan

ABSTRACT

*Young women are ten times more likely to suffer from anemia than young men. Lack of Hb levels in the blood will have an impact on fatigue and stress on the body's organs. Loss of iron intake and no absorption and formation of red blood cells that often occur at puberty. This study aims to determine the determinants associated with the incidence of anemia in young women in SMP 2 Kabun, Rokan Hulu Regency. The sample in this study were 7th and 8th grade students of SMP 2 Kabun, Rokan Hulu Regency, Rokan Hulu Regency, as many as 92 people with total sampling techniques and the chi square test statistical analysis. The result showed that there was a significant relationship between knowledge (*p value* = 0.001), menstrual patterns (*p value* = 0,000) and eating patterns (*p value* = 0.038) with the incidence of anemia in adolescent girls in SMP 2 Kabun . Researchers suggest to young women to always consume blood-added tablets (TTD) and iron-rich foods to prevent iron nutrient anemia.*

Keywords : Knowledge, Menstrual Patterns, Dietary Habit

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu keadaan dimana jumlah hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari kadar normal, yaitu <12g/dl. Pada kasus anemia kandungan hemoglobin yang membawa oksigen ke jaringan tubuh tidak memenuhi kadar normal sehingga menyebabkan berbagai komplikasi termasuk kelelahan dan stress pada organ tubuh. Kekurangan kadar Hb dalam darah akan menyebabkan tubuh cepat lelah, lemah, lesu, dan letih. Hal ini dapat mengakibatkan dapat terjadinya penurunan prestasi belajar dan produktivitas kerja (Widyastuti dan Hardiyanti, 2010).

Remaja putri memiliki resiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra (Kemenkes RI, 2014). Ada beberapa alasan mengapa remaja putri memiliki sepuluh kali resiko, yang pertama adalah remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan, sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Alasan kedua adalah karena remaja putri seringkali menjaga penampilan agar tetap langsing atau kurus, sehingga berdiet atau mengurangi makan (Sulistyoningsih, 2011). Diet yang tidak seimbang dengan kebutuhan zat gizi tubuh akan menyebabkan tubuh kekurangan zat besi. Kekurangan zat besi terus-menerus pada remaja putri dapat menyebabkan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berkurang dan menimbulkan anemia.

World Health Organization (2013) menyebutkan prevalensi anemia hampir merata di berbagai wilayah dunia, yaitu berkisar 40-88%. Sekitar 25-40% remaja putri di Asia Tenggara menderita anemia. Prevalensi anemia remaja di negara-negara berkembang sebesar 27%, sedangkan di negara maju

sebesar 6%. Dikuatkan oleh pendapat Widyastuti dan Hardiyanti (2010) bahwa prevalensi anemia di negara berkembang cukup tinggi yaitu sekitar 370 juta jiwa dan Indonesia termasuk dalam negara berkembang.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan prevalensi anemia di Indonesia sebesar 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, anemia pada laki-laki sebesar 18,4% dan perempuan sebesar 23,9%. Berdasarkan tempat tinggal, penderita anemia yang tinggal di perkotaan sebesar 20,6% dan 22,8% di pedesaan (Kemenkes RI, 2014). Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Riau tahun 2014 diketahui bahwa kejadian anemia pada remaja putri masih banyak yaitu sebesar 57,8%. Jika masalah ini tidak cepat diatasi maka akan menjadi ancaman untuk generasi yang akan datang, karena status gizi ibu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi anak yang dilahirkannya.

Sekolah Menengah Pertama (SMP) 2 Kabun merupakan salah satu sekolah yang terdapat di Kabupaten Rokan Hulu yang terdiri dari 8 kelas dengan jumlah peserta didik sebanyak 117 siswa dan 92 orang siswi. Berdasarkan survei pendahuluan yang peneliti lakukan pada bulan Januari 2019, dari 30 siswi yang diperiksa kadar Hb nya terdapat 20 siswi yang mengalami anemia namun tidak ada seorang siswi pun yang mau mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk menjadikan SMP 2 Kabun sebagai tempat penelitian.

Penanggulangan anemia namun harus dimulai dari diri sendiri. Remaja putri sering mengabaikan kondisi kesehatannya, sehingga mengakibatkan

gejala anemia tidak terdeteksi dan akan berdampak pada kasus anemia yang masih tinggi setiap tahunnya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja putri di SMP 2 Kabun Kabupaten Rokan Hulu.

METODE

Jenis penelitian ini penelitian analitik kuantitatif dengan menggunakan rancangan *cross sectional study design*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 30 Juli 2019 di SMP 2 Kabun yang terletak di Kabupaten Rokan Hulu. Sampel dalam penelitian ini siswi kelas 7 dan kelas 8 SMP 2 Kabun Kabupaten Rokan Hulu. Besar sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 92 orang. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner penelitian yang dinyatakan valid melalui uji validitas dan reliabilitas. Pengolahan data dilakukan melalui proses komputerisasi dan analisis data univariat dan bivariat dilakukan dengan menggunakan SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 30 Juli 2019 dengan responden siswi kelas 7 dan 8 SMP 2 Kabun Kabupaten Rokan Hulu yaitu sebanyak 92 orang. Berdasarkan hasil analisa data kuesioner didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden di SMP 2 Kabun

| No | Umur | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|----------|---------------|----------------|
| 1 | 12 Tahun | 9 | 9,8 |
| 2 | 13 Tahun | 32 | 34,8 |
| 3 | 14 Tahun | 51 | 55,4 |
| Jumlah | | 92 | 100 |

| No | Kelas | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|------------|---------------|----------------|
| 1 | Kelas VII | 38 | 41,3 |
| 2 | Kelas VIII | 54 | 58,7 |
| Jumlah | | 92 | 100 |

Sumber : Data Hasil Penelitian, 2019

Berdasarkan tabel 1 Diatas dapat dilihat bahwa berdasarkan umur mayoritas responden berumur 14 tahun yaitu sebesar 55,4%, berumur 13 tahun yaitu sebesar 34,8% dan berumur 12 tahun yaitu sebesar 9,8%. Berdasarkan kelas mayoritas responden adalah siswa kelas VIII yaitu sebesar 58,7% dan minoritas siswa kelas VII yaitu sebesar 41,3%.

2. Analisa Univariat

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden

| No | Kejadian Anemia | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|-----------------|---------------|----------------|
| 1 | Anemia | 19 | 20,7 |
| 2 | Tidak | 73 | 79,3 |
| Jumlah | | 92 | 100 |

| No | Pengetahuan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|-------------|---------------|----------------|
| 1 | Baik | 86 | 93,5 |
| 2 | Cukup | 6 | 6,5 |
| Jumlah | | 92 | 100 |

| No | Pola Menstuasi | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|----------------|---------------|----------------|
| 1 | Normal | 69 | 75 |
| 2 | Tidak Normal | 23 | 25 |
| Jumlah | | 92 | 100 |

| No | Pola Makan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|------------|---------------|----------------|
| 1 | Sering | 50 | 54,3 |
| 2 | Jarang | 42 | 45,7 |
| Jumlah | | 92 | 100 |

Sumber : Data Hasil Penelitian, 2019

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa berdasarkan kejadian anemia, mayoritas responden tidak

mengalami anemia yaitu sebesar 79,3% dan minoritas anemia yaitu sebesar 20,7%. Berdasarkan pengetahuan, mayoritas responden berpengetahuan baik yaitu sebesar 93,5% dan minoritas cukup yaitu sebesar 6,5%. Berdasarkan pola menstruasi, mayoritas responden berpola menstruasi normal yaitu sebesar 75% dan minoritas berpola menstruasi tidak normal yaitu sebesar 25%. Berdasarkan pola makan, mayoritas responden berpola makan sering yaitu sebesar 54,3% dan berpola makan jarang yaitu sebesar 45,7%.

3. Analisa Bivariat

Tabel 3 Pengaruh Pengetahuan dengan Kejadian Anemia

| Pengetahuan | Kejadian Anemia | | | | Jumlah | P Value |
|---------------|-----------------|-------------|-----------|-------------|-----------|---------|
| | Anemia | | Tidak | | | |
| | f | % | f | % | | |
| Baik | 14 | 15,2 | 72 | 78,3 | 86 | 0,001 |
| Cukup | 5 | 5,4 | 1 | 1,1 | 6 | |
| Jumlah | 19 | 20,7 | 73 | 79,3 | 92 | |

Sumber : Data Hasil Penelitian, 2019

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa dari 86 orang responden yang berpengetahuan baik, sebesar 78,3% tidak mengalami anemia. Sedangkan dari 6 orang responden yang berpengetahuan cukup, sebesar 5,4% mengalami anemia. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai *p value* $0,001 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya ada pengaruh antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Tabel 4 Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia

| Pola Menstruasi | Kejadian Anemia | | | | Jumlah | P Value |
|-----------------|-----------------|-------------|-----------|-------------|-----------|---------|
| | Anemia | | Tidak | | | |
| | f | % | f | % | | |
| Normal | 0 | 0 | 69 | 75 | 69 | 0,000 |
| Tidak Normal | 19 | 20,7 | 4 | 4,3 | 23 | |
| Jumlah | 19 | 20,7 | 73 | 79,3 | 92 | |

Sumber : Data Hasil Penelitian, 2019

Berdasarkan tabel 4 diatas dapat dilihat bahwa dari 69 orang responden

yang bersiklus normal, sebesar 75% tidak mengalami anemia. Sedangkan dari 23 orang responden yang bersiklus tidak normal, sebesar 20,7% mengalami anemia. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai *p value* $0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya ada pengaruh antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Tabel 5 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia

| Pola Makan | Tanda Menopause | | | | Jumlah | P Value |
|---------------|-----------------|-------------|-----------|-------------|-----------|---------|
| | Anemia | | Tidak | | | |
| | f | % | f | % | | |
| Sering | 6 | 6,5 | 44 | 47,8 | 50 | 0,038 |
| Jarang | 13 | 14,1 | 29 | 31,5 | 42 | |
| Jumlah | 65 | 82,3 | 14 | 17,7 | 79 | |

Sumber : Data Hasil Penelitian, 2019

Berdasarkan tabel 5 diatas dapat dilihat bahwa dari 50 orang responden yang berfrekuensi makan sering, sebesar 47,8% tidak mengalami anemia. Sedangkan dari 42 orang responden yang berfrekuensi makan jarang, sebesar 14,1% mengalami anemia. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai *p value* $0,038 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya ada pengaruh antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

B. PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 92 orang remaja putri yang ada di SMP 2 Kabun Kabupaten Rokan Hulu diperoleh hasil bahwa berdasarkan umur mayoritas responden berumur 14 tahun yaitu sebesar 55,4% dan berdasarkan kelas mayoritas responden adalah siswa kelas VIII yaitu sebesar 58,7%.

1. Pangaruh Pengetahuan dengan Kejadian Anemia

Menurut teori yang disampaikan oleh Andhika (2010) bahwa pendapatan

merupakan faktor sangat penting dalam menentukan corak permintaan terhadap berbagai barang termasuk barang kesehatan. Pada masyarakat berpendapatan rendah, mereka akan mencukupi kebutuhan barang pokok terlebih dahulu, setelah kebutuhan tersebut terpenuhi baru mereka memperhatikan kebutuhan kesehatannya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Laksmi (2018) di SMA Negeri 1 Talang Padang Kabupaten Tanggamus dimana hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan (*p value* 0,034) dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasyim (2017) di SMAN 2 Pringsewu dimana dari hasil uji statistik diperoleh hasil nilai *p value* = 0,646 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Menurut asumsi peneliti, adanya responden yang berpengetahuan baik tetapi mengalami anemia kemungkinan disebabkan karena faktor lain seperti pendapatan keluarga. Dimana keluarga yang berpenghasilan rendah jarang mengkonsumsi bahan makanan yang kaya akan zat besi dikarenakan harganya yang cukup mahal. Sehingga meskipun mereka mempunyai pengetahuan yang baik tentang anemia tetapi karena kurangnya penghasilan mereka tidak bisa membeli bahan makanan yang kaya akan zat besi.

2. Pengaruh Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia

Menurut teori yang disampaikan oleh Sulistyoningih (2011), bahwa remaja putri memiliki sepuluh kali resiko mengalami anemia karena

remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan, sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustina (2016) pada remaja putri di Kabupaten Kebumen dimana dari hasil uji statistik diperoleh hasil *p value* = 0,001 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kirana (2011) di Semarang dimana dari hasil uji statistik didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Menurut asumsi peneliti, pola menstruasi sangat erat pengaruhnya dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang mengalami anemia adalah remaja putri yang lama menstruasinya >7 hari. Jika asupan zat besi yang masuk ke tubuh tidak sesuai dengan cadangan zat besi yang hilang akan mengakibatkan terjadinya anemia gizi besi.

3. Pengaruh Pola Makan dengan Kejadian Anemia

Menurut teori yang disampaikan oleh Proverawati (2010) bahwa pada umumnya remaja putri lebih menyukai makanan jajanan seperti goreng-gorengan, coklat permen dan es. Sehingga mereka rentan mengalami anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mustofiah (2017) dimana dari hasil uji statistik menunjukkan bahwa *p value* = 0,000 < 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh pola makan terhadap kejadian anemia di

MTs N Penawangan. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siahaan (2012) di Wilayah Kota Depok dimana dari hasil uji statistik diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan *p value* 0,17.

Menurut asumsi peneliti, pola makan juga berpengaruh terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Dimana remaja putri yang pola makannya tidak teratur dan sering mengkonsumsi *junkfood* lebih berisiko mengalami anemia daripada remaja dengan pola makan teratur dan sering mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara pengetahuan, pola menstruasi dan pola makan dengan anemia pada remaja putri.

SARAN

Diharapkan dapat memberikan penyuluhan dan konsultasi kepada remaja putri khususnya di SMP 2 Kabun tentang anemia dan pencegahannya serta mendistribusikan Tablet Tambah Darah (TTD) di lingkungan sekolah. Kepada pihak sekolah untuk dapat melakukan koordinasi dengan puskesmas Kabun untuk mengadakan penyuluhan kesehatan khususnya tentang anemia dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin kepada siswi di sekolah untuk mencegah kejadian anemia pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina. 2016. *Jurnal Ilmiah Kedokteran, Volume 8 No. 1 Edisi Juni 2017. Determinan Risiko Kejadian Anemia Pada*

Remaja Putri Berdasarkan Jenjang Pendidikan di Kabupaten Kebumen. Akademi Kebidanan YLPP Purwokerto.

Andhika. 2010. *Analisis Permintaan Penggunaan Layanan Kesehatan Pada Rumah Sakit Milik Pemerintah di Kabupaten Semarang*. Semarang : Universitas Diponegoro

Kirana, F. 2011. *Hubungan Asupan Zat Gizi dan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMAN 2 Semarang*. Semarang : Universitas Diponegoro

Laksmi. 2018. *Jurnal Keperawatan, Volume XIV, No. 1 April 2018. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten Tanggamus*. Poltekkes Tanjung Karang

Mustofiah. 2017. *Pengaruh Pola Makan Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di MTsN Penawangan*. Grobongan: STIKes An Nur Purwodadi.

Proverawati, A dan Asfuah, S. 2010. *Buku Ajar Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta : Nuha Medika

Siahaan. N.R. 2012. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Anemia Pada Remaja Putri di Wilayah Kota Depok Tahun 2011*. Depok: Universitas Indonesia

Widyastuti, P dan Hardiyanti, E. 2010. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC