

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA  
PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 4 BATAGUH KABUPATEN KAPUAS**

**Rahmi Fauziah<sup>1\*</sup>, Elvine Ivana Kabuhung<sup>2</sup>, Putri Yuliantie<sup>3</sup>, Winda Maolinda<sup>4</sup>**

<sup>(1,2,3)</sup>Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia

<sup>(4)</sup> Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia

\*email: rahmifauziahhh13@gmail.com

**ABSTRAK**

Anemia merupakan salah satu masalah yang sering terjadi pada remaja putri. Remaja putri lebih rentan dan memiliki risiko anemia daripada remaja laki-laki. Salah satu penyebab remaja putri mengalami anemia adalah menstruasi karena selama itulah darah akan terus keluar sehingga tubuh membutuhkan asupan gizi yang baik terutama pada zat besi. Tujuan penelitian Mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel nya adalah remaja putri dari kelas VII, VIII, IX di SMPN 4 Bataguh Kabupaten Kapuas dengan jumlah 64 siswi. Data penelitian dikumpulkan menggunakan kuesioner kemudian dianalisis menggunakan uji *chi square*. Mayoritas responden tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 50 orang (78,1%) sedangkan responden anemia sebanyak 14 orang (21,9%). Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa pengetahuan tentang anemia (0,010), siklus menstruasi (0,000) dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (0,013) berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 4 Bataguh. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 4 Bataguh Kabupaten Kapuas adalah pengetahuan, siklus menstruasi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

**Kata Kunci:** Anemia, Kepatuhan Konsumsi TTD, Pengetahuan, Remaja Putri, Siklus Menstruasi

**ABSTRACT**

*Anemia is a problem that often occurs in adolescent girls. Adolescent girls are more vulnerable and at risk of anemia than adolescent boys. One of the causes of adolescent girls experiencing anemia is menstruation because during this time blood will continue to come out so the body needs good nutritional intake, especially iron. The aim is to identify factors associated with the incidence of anemia in adolescents. Quantitative research with a cross sectional approach. The sample was female teenagers from classes VII, VIII, IX at SMPN 4 Bataguh, Kapuas Regency with a total of 64 female students. Research data was collected using a questionnaire and then analyzed using the chi square test. The majority of respondents did not experience anemia, namely 50 people (78.1%) while 14 respondents were anemic (21.9%). The results of bivariate analysis show that knowledge about anemia (0.010), menstrual cycle (0.000) and compliance with consuming blood supplement tablets (0.013) are related to the incidence of anemia in adolescent girls at SMPN 4 Bataguh. Factors associated with the incidence of anemia in adolescent girls at SMPN 4 Bataguh, Kapuas Regency, namely knowledge, menstrual cycles and compliance with the consumption of blood supplement tablets.*

**Keywords:** *Anemia, Compliance with Iron Tablets Consumption, Knowledge, Young Women, Menstrual Cycle*

## **PENDAHULUAN**

Dua milyar penduduk dunia mengalami anemia dan setengah diantaranya dikarenakan kekurangan zat besi yang mengakibatkan menurunnya kandungan hemoglobin dalam darah (Puspitasari et al., 2022). Negara berkembang merupakan menyumbang tertinggi kejadian anemia pada remaja yaitu 41,5%. Sedangkan di Indonesia 72,3% remaja putri mengalami anemia dan hal ini akan berdampak buruk untuk Kesehatan dan perkembangan remaja putri (Desi et al., 2022).

Di SMPN 4 Bataguh salah satu wilayah kerja Puskesmas Pulau Kupang angka kejadian remaja putri pada tahun 2022 mencapai 9 orang dari 64 siswi yang dilakukan pengecekan Hb secara langsung yang dilakukan dalam 3 bulan sekali dan dilakukan secara bergantian antar kelas. Posyandu Remaja dilaksanakan setiap bulannya dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) diberikan setiap per 3 bulan terakhir pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Mei 2023.

Anemia merupakan salah satu dampak dari masalah gizi pada remaja putri. Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar *hemoglobin* (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok orang yang bersangkutan. Secara fisiologi, anemia terjadi apabila terdapat kekurangan jumlah hemoglobin untuk mengangkut oksigen ke jaringan. (Arifah et al., 2022). Anemia yaitu suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari pada nilai normal untuk setiap kelompok umur dan jenis kelamin, pada wanita remaja Hb normal adalah 12-15 g/dl dan pria remaja adalah 13-17 g/dl (Tahji, 2022).

Salah satu penyebab adalah menstruasi karena menjadi salah satu penyebab dari malnutrisi, karena selama menstruasi darah akan terus keluar

hingga membutuhkan asupan gizi yang paling utama yaitu zat besi. Kekurangan asupan zat besi dalam jangka waktu lama akan menyebabkan kadar Hb terus berkurang dan menimbulkan masalah gizi lain, contohnya anemia gizi besi (Fauziah et al., 2022).

Kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah adalah sebuah contoh indikator keberhasilan dalam mencegah dan menanggulangi anemia yang terjadi pada remaja putri, Ketidakacuhan konsumsi Tablet Tambah Darah menghalangi fungsi penyerapan zat besi (Fe). Kesadaran konsumsi Tablet Tambah Darah tidak terlepas dari informasi dan pengetahuan karena pengetahuan menjadi faktor yang mampu memberikan pengaruh bagi perilaku kepatuhan seseorang dalam mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (NOFITASARI, 2022).

Dampak anemia pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional. Hal ini mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun, mudah lemas, lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun serta dapat mengakibatkan produktivitas kerja yang rendah (I. F. Handayani & Sugiarsih, 2022).

Peran bidan dalam masalah ini adalah bidan memberikan penyuluhan kepada remaja tentang kesehatan atau kebersihan secara umum, makanan bergizi, pencegahan anemia, kematangan seksual, kehidupan seksual yang bertanggung jawab, kesiapan menghadapi kehamilan dan bahaya kehamilan pada masa muda (F. Handayani, 2017).

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan rancangan *Cross Sectional*. Penelitian

ini dilakukan di SMPN 4 Bataguh Kabupaten Kapuas. Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja putri dari kelas VII, VIII, IX. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan teknik *sampling* menggunakan teknik *total sampling* dimana didapatkan jumlah sampel sebanyak 64 responden.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan pertanyaan tentang anemia untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia, kuesioner pertanyaan siklus menstruasi untuk menganalisis antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia, lembar checklist tentang kepatuhan konsumsi tablet tambah darah untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia di SMPN 4 Bataguh Kabupaten Kapuas dapat diketahui dengan cara mengukur hasil jawaban dari responden sedangkan kejadian anemia diukur dengan pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan alat *Easy Touch*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil analisis univariat responden penelitian sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kadar Hemoglobin**

No.	Kadar Hemoglobin	n	%
1	Anemia	14	21,9
2	Tidak anemia	50	78,1
	Total	64	100

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden**

No.	Pengetahuan	n	%
1	Baik	15	23,4
2	Cukup	29	45,3
3	Kurang	20	31,3
	Total	64	100

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi**

No.	Siklus Menstruasi	n	%
1	Normal	35	54,7
2	Tidak normal	29	45,3
	Total	64	100

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah**

No.	Kepatuhan Konsumsi TTD	n	%
1	Patuh	17	26,6
2	Tidak patuh	47	73,4
	Total	64	100

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil analisis bivariate responden penelitian sebagai berikut:

**Tabel 5. Hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia**

No.	Pengetahuan	Kejadian Anemia				Total	P value	
		Anemia		Tidak anemia				
		f	%	f	%			
1	Baik	2	3,1	13	20,3	15	23,4	0,010
2	Cukup	3	4,7	26	40,6	29	45,3	
3	Kurang	9	14,1	11	17,2	20	31,3	

**Tabel 6. Hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia**

No	Siklus menstruasi	Kejadian Anemia				Total	P value	
		Anemia		Tidak anemia				
		f	%	f	%			
1	Normal	1	1,6	34	53,1	34	54,7	0,000
2	Tidak normal	13	20,3	16	25,0	29	45,3	

**Tabel 7. Hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia**

No.	Kepatuhan konsumsi TTD	Kejadian Anemia				Total	P value	
		Anemia		Tidak anemia				
		f	%	f	%			
1	Patuh	0	0	17	26,6	17	26,6	0,013
2	Tidak patuh	14	21,8	33	51,6	47	73,4	

### A. Kadar Hemoglobin

Kadar hemoglobin didapatkan data bahwa sebagian besar responden tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 50 orang (78,1%) sedangkan responden anemia sebanyak 14 orang (21,9%). Anemia terjadi karena kehilangan darah, penurunan produksi sel darah merah, sel darah merah cepat rusak, kelainan sel darah merah dan penyakit kronis.

Prevalensi anemia sebagian besar terjadi pada wanita usia subur termasuk remaja.

### **Pengetahuan**

Pengetahuan responden didapatkan data bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup mengenai anemia sebanyak 29 orang (45,3%), pengetahuan kurang sebanyak 20 orang (31,3%) sedangkan jumlah yang paling sedikit adalah responden dengan pengetahuan yang baik, sebanyak 15 orang (23,4%).

Pengetahuan responden yang masih kurang ditunjukkan dari jawaban responden yang masih salah pada beberapa pertanyaan sebanyak 42 orang (65,6%) responden masih salah menjawab pertanyaan nomor 4 mengenai kadar sel darah merah normal pada remaja putri. Selain itu, pertanyaan nomor 5 mengenai dampak kurang darah pada remaja putri, sebanyak 46 orang (71,9%), pertanyaan nomor 6 mengenai kebiasaan yang dapat menghambat penyerapan zat besi oleh tubuh, sebanyak 48 orang (75%),

Hasil penelitian juga menunjukkan terdapat responden dengan pengetahuan yang baik. Hal ini ditunjukkan dari jawaban responden yang benar pada nomor 2 mengenai tanda dan gejala kurang darah, yaitu sebanyak 54 orang (84,8%). Sebanyak 56 orang (87,5%) responden juga benar dalam menjawab pertanyaan nomor 3 mengenai penyebab remaja putri lebih berisiko terkena kurang darah. Selain itu, pada pertanyaan nomor 10 mengenai makanan sumber zat besi yang berasal dari tumbuh-tumbuhan, sebanyak 58 orang (90,6%) responden benar dalam menjawab pertanyaan tersebut.

### **B. Siklus Menstruasi**

Siklus Menstruasi didapatkan data bahwa sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi yang normal sebanyak 35 orang (54,7%) sedangkan

sisanya memiliki siklus menstruasi yang tidak normal sebanyak 29 orang (45,3%). Siklus menstruasi adalah serangkaian proses menstruasi yang terjadi baik secara normal maupun abnormal yang terdiri dari siklus menstruasi dan lamanya menstruasi, Umumnya siklus menstruasi berlangsung 28 hari, siklus normal berlangsung 21-35 hari.

### **C. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah**

Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah didapatkan data bahwa sebagian besar responden tidak patuh dalam konsumsi tablet tambah darah yaitu sebanyak 47 orang (73,4%) sedangkan responden yang patuh dalam konsumsi tablet tambah darah sebanyak 17 orang (26,6%). Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah adalah sebuah contoh indikator keberhasilan dalam mencegah dan menanggulangi anemia yang terjadi pada remaja putri. Ketidacacuhan konsumsi tablet tambah darah menghalangi fungsi penyerapan zat besi (Fe).

### **D. Hubungan Pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia**

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 4 Bataguh ( $p\text{ value} = 0,010$ ). Responden yang memiliki pengetahuan baik, lebih banyak yang tidak anemia, yaitu sebanyak 13 orang (20,3%). Pada responden yang memiliki pengetahuan cukup, juga lebih banyak yang tidak anemia, yaitu sebanyak 26 orang (40,6%). Begitu juga halnya pada responden dengan pengetahuan kurang, lebih banyak yang tidak anemia, yaitu sebanyak 11 orang (17,2%).

Pengetahuan adalah salah satu indikator yang menjadikan seseorang untuk melakukan tindakan, dan pada saat seseorang melakukan tindakan

berdasarkan pengetahuan yang baik maka orang tersebut akan memahami pentingnya untuk melakukan pencegahan anemia. Pengetahuan memang diperlukan untuk mendukung dan menumbuhkan rasa percaya diri maupun sikap dan perilaku seseorang dalam setiap melakukan tindakan dan menjadi faktor utama dalam mendukung tindakan seseorang (Citrawati dan Laksmi, 2021).

#### **E. Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian anemia**

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 4 Bataguh ( $p$  value = 0,000). Responden yang memiliki siklus menstruasi normal, lebih banyak yang tidak anemia, yaitu sebanyak 34 orang (53,1%). Pada responden yang memiliki siklus menstruasi tidak normal, juga lebih banyak yang tidak anemia, yaitu sebanyak 16 orang (25%).

Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri adalah siklus menstruasi. Siklus menstruasi adalah serangkaian proses menstruasi yang terjadi baik secara normal maupun abnormal yang terdiri dari siklus menstruasi dan lamanya menstruasi. Umumnya, siklus menstruasi berlangsung 28 hari, siklus normal berlangsung 21-35 hari. Siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal hari pertama menstruasi yang lalu dengan hari pertama mulainya menstruasi berikutnya. Setiap remaja putri memiliki siklus menstruasi yang berbeda-beda. Siklus haid terjadi sebagai akibat pertumbuhan dan pengelupasan lapisan endometrium uterus (Saifuddin B., 2020).

#### **F. Hubungan antara Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia**

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara kepatuhan konsumsi

tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 4 Bataguh ( $p$  value = 0,013). Responden yang patuh dalam konsumsi tablet tambah darah, semuanya tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 17 orang (26,6%). Pada responden yang tidak patuh dalam konsumsi tablet tambah darah, juga lebih banyak yang tidak anemia, yaitu sebanyak 33 orang (51,6%).

Suplementasi tablet tambah darah pada remaja putri merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian suplementasi tablet tambah darah dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia yang dapat mengganggu prestasi belajar remaja putri serta meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh guna menyiapkan remaja putri menjadi seorang ibu di masa depan remaja putri. Manfaat mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri untuk menggantikan zat besi akibat terjadinya menstruasi di setiap bulannya (Adriani M, 2020)

#### **SIMPULAN**

Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 4 Bataguh Kabupaten Kapuas adalah pengetahuan cukup 45,3%, siklus menstruasi normal 54,7% dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah 73,4% tidak patuh.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adriani M. (2020). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Kencana: Prenada Media.
- Arifah, N., Anjalina, I., Febriana, A. I., Khairunnisa, E., Amir, N. P., Aprilisa, W., Muzhaffar, Z., & Manyullei, S. (2022). Penyuluhan Kesehatan tentang Anemia Pada Siswa di SMPN2 Galesong Selatan

- Kabupaten Takalar. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 176–182.  
<https://doi.org/10.25008/altifani.v2i2.222>
- Desi, R. P., Isme, S., & Afrika, E. (2022). Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Desa Pajar Bulan Kecamatan Semende Darat Ulu Kabupaten Muara Enim Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(2), 758. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i2.1815>
- Fauziah, D. A., Wasono, H. A., Putri, D. F., & Husna, I. (2022). *Studi Pustaka tentang Hubungan Tingkat Kecukupan Gizi Dan Siklus Menstruasi Dengan Anemia Pada Remaja Putri Di Beberapa Wilayah Di Indonesia Tahun 2021 Literature Study on the Relationship of Nutritional Adequacy Levels and Menstrual Cycles with Anemia in. 12*, 330–335.
- Handayani, F. (2017). Penguatan Peran Bidan Dalam Pemberdayaan Perempuan Untuk Mendukung Program Sustainable Development Goals. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), 13–18.
- Handayani, I. F., & Sugiarsih, U. (2022). Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Budi Mulia Kabupaten Karawang Tahun 2018. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 2(2), 76. <https://doi.org/10.24853/myjm.2.2.76-89>
- NOFITASARI, A. I. I. S. A. (2022). *Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Sman 1 Andong. 001*.
- Puspitasari, H. Z. G., Armini, N. K. A., Pradanie, R., & Triharini, M. (2022). Anemia prevention behavior in female adolescents and related factors based on Theory of Planned Behavior: A cross-sectional study. *Jurnal Ners*, 17(1), 25–30. <https://doi.org/10.20473/jn.v17i1.27744>
- Saifuddin B. (2020). *Edisi ke-4. Ilmu Kebidanan*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Tahji, A. T. K. , F. I. , K. T. R. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Kecamatan Panyipatan Kabupaten Tanah Laut. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 1(1), 58–71.