

FAKTOR ANEMIA REMAJA PUTRI SINTHA FRANSISKE

Sinta Fransiske Simanungkalit*, Luh Desi P.*

Email : sintha_fs@yahoo.com

ABSTRAK

Anemia adalah berkurangnya hingga di bawah nilai normal sel darah merah, kualitas hemoglobin dan *volume packed red bloods cells* (hematokrit) per 100 ml darah (Price, 2006; 256). Prevalensi anemia remaja putri di Indonesia tahun 2007 adalah 11,3%. (Riskesmas, 2007). Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan pengetahuan, status gizi, asupan Fe dan pola konsumsi faktor inhibitor Fe dengan anemia remaja putri. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *crosssectional* dan dilakukan di 2 sekolah SMA/K. Penelitian ini didapatkan sebanyak 63,4% remaja putri mengalami anemia. Faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia remaja putri dalam penelitian ini adalah pengetahuan (*p value* = 0,004), status gizi (*p value* = 0,034) dan pola konsumsi *inhibitor* Fe (*p value* = 0,009). Saran dalam penelitian ini adalah perlunya diberikan penyuluhan mengenai anemia dan pola konsumsi *inhibitor* Fe serta pemantauan status gizi di UKS SMA/K sehingga para remaja putri terhindar dari anemia.

Kata Kunci: Anemia, Pengetahuan, Status Gizi, *Inhibitor*

ABSTRACT

Anemia is reduced to below the normal value of red blood cells, the quality of hemoglobin and the volume of packed red bloods cells (hematocrit) per 100 ml of blood (Price, 2006; 256). The prevalence of anemia for young women in Indonesia in 2007 was 11.3% (Riskesmas, 2007). The aimed of this study was to determine the relationship of knowledge, nutritional status, iron consumption and the patterns of inhibitor of Iron consumption with anemia in senior high school girls. This study used *crosssectional* design and was held in two senior high school. This study founded that 63.4% of girls have anemia. The factors associated with anemia in senior high school girls were knowledge (*p value* = 0.004), nutritional status (*p value* = 0.034) and consumption patterns of Fe inhibitors (*p value* = 0.009). Suggestions in this study were senior high school girls need to be given nutrition education about anemia and Fe inhibitor consumption patterns and monitoring nutritional status at senior high school girls.

Keywords: anemia, knowledge, nutritional status, inhibitor

PENDAHULUAN

Masa remaja/pubertas adalah masa yang penting karena proses awal kematangan organ reproduksi manusia. Remaja putri adalah individu dengan jenis kelamin perempuan berusia 11-14 tahun yang sudah mengalami menarche (Depkes, 2007). Remaja putri rentan terkena anemia karena mengalami masa menstruasi dan mengejar masa tumbuh. Remaja putri yang sedang menstruasi mengalami kehilangan besi dua kali lipat

dibandingkan remaja putra. Selain itu, remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk badan, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makan dan banyak pantangan terhadap makanan seperti pada diet vegetarian (Sediaoetama, 2006). Sehingga untuk mencegah kejadian anemia defisiensi besi, maka remaja puteri perlu dibekali dengan pengetahuan tentang anemia defisiensi besi itu sendiri (Dharmadi, dkk, 2011).

*. FIKES UPN "Veteran" Jakarta

Program UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) di beberapa sekolah belum ada program penanggulangan anemia defisiensi besi bagi remaja putri. Sekolah memberikan peranan penting untuk menanggulangi dan mencegah masalah anemia. Penelitian ini dilakukan di SMA Swasta dan SMK Swasta di daerah Depok dengan total siswi 172 siswi. Penelitian ini sebelumnya telah lulus uji

etik Nomor: B/1600/IX/2018/KEPK FIKES UPN "Veteran" Jakarta. Sebelum penelitian dilakukan responden akan dijelaskan mekanisme pengambilan data dan kesediaan siswi menjadi responden dengan menandatangani kuesioner. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *crosssectional* dengan metode *stratified random sampling*.

HASIL

Karakteristik Sosiodemografi Responden

Berikut karakteristik dari para remaja putri:

Tabel 1
Tabel Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Status Gizi		
Normal (-2 SD s/d 2 SD)	76	44,2
Tidak Normal (<2 SD & > 2 SD)	96	55,8
Pengetahuan		
Kurang ($\leq 60\%$)	86	50
Baik ($> 60\%$)	86	50
Anemia		
Normal (11-12gr/dl)	63	36,6
Anemia (< 11gr/dl)	109	63,4
Asupan Fe		
Kurang (<20 mg/hr)	120	69,8
Baik (≥ 20 mg/hr)	52	30,2
Inhibitor Fe		
Sering	88	51,2
Jarang	84	48,8

Tabel 2
Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan dengan Anemia Remaja Putri

Kategori Hb	Anemia		Tidak Anemia		Total		p-Value
	n	%	n	%	n	%	
Pengetahuan							
Kurang	41	47,7%	45	52,3%	86	100%	.004
Baik	22	25,6%	64	74,4%	86	100%	
Status Gizi							
Tidak Normal	28	29,2%	68	70,8%	96	100%	.034
Normal	35	46,1%	41	53,9%	76	100%	
Asupan Fe							
Kurang	48	40%	92	60%	120	100%	.222
Cukup	15	28,8%	37	71,2%	52	100%	
Inhibitor Fe							
Sering	41	46,6%	47	53,4%	88	100%	.009
Jarang	22	26,2%	62	73,8%	84	100%	

Hasil penelitian dapat diketahui bahwa siswi SMA/K Depok, yang berada dalam status gizi tidak normal sebanyak 76 siswi (44,2%) dan yang berada

dalam status gizi normal sebanyak 96 siswi (55,8%). Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa siswi yang terkena anemia sebanyak 109 siswi

(63,4%) dan siswi yang tidak anemia/normal sebanyak 63 siswi (36,6%). Sebanyak 120 siswi (69,8%) dengan asupan Fe yang kurang, sedangkan responden yang memiliki asupan Fe baik sebanyak 52 siswi (30,2%). Sebanyak 86 siswi (50%) dengan pengetahuan kurang, sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 86 siswi (50%). Sebanyak 88 siswi (51,2%) sering mengkonsumsi *inhibitor* Fe, sedangkan 84 siswi (48,8%) jarang mengkonsumsi *inhibitor* Fe.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 2 didapatkan ada hubungan pengetahuan kurang dengan anemia remaja putri ($pvalue = 0,004$). Hasil penelitian ini sama dengan penelitian di SMK Sukuharjo bahwa ada hubungan pengetahuan anemia dengan anemia remaja putri (Nur Ainum Hasyim, 2018). Penelitian di atas didapatkan tidak ada hubungan pengetahuan kurang dengan anemia remaja putri ($pvalue 0,225$). Berdasarkan tabel didapatkan ada hubungan status gizi dengan anemia remaja putri ($pvalue 0,034$). Hasil penelitian ini sama dengan penelitian di MTsN Bengkulu bahwa ada hubungan status gizi dengan anemia pada remaja putri (Mahmud Jaelani, 2017). Hasil penelitian di SMAN 13 Kota Tangerang didapatkan ada hubungan hubungan status gizi dengan anemia remaja putri (Siti Rochmah dan Renti Mahkota, 2013). Berdasarkan tabel didapatkan tidak ada hubungan asupan Fe dengan anemia remaja putri ($pvalue 0,222$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di Universitas Airlangga tidak ada hubungan asupan Fe dengan anemia remaja putri (Alfishar Akib, 2017). Berdasarkan tabel didapatkan ada hubungan *inhibitor* Fe dengan anemia remaja putri ($pvalue 0,009$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di Pare-Pare bahwa ada hubungan pola makan khususnya konsumsi teh dengan anemia remaja putri (Ayu Dwi Putri Rusman, 2018). Penelitian di Bengkulu juga didapatkan ada hubungan pola konsumsi *inhibitor* Fe dengan anemia remaja putri (Mahmud Jaelani, 2017).

SIMPULAN

Prevalensi anemia pada siswi sebesar 63,4%. Ada hubungan pengetahuan ($p value = 0,004$), status gizi ($p value = 0,034$) dan pola konsumsi *inhibitor* Fe ($p value = 0,009$) dengan anemia remaja putri.

SARAN

Peningkatan pengetahuan pada remaja putri perlu dilakukan melalui penyuluhan mengenai pengetahuan anemia dan pola konsumsi *inhibitor* Fe secara berkala yang dapat dilakukan di SMA/SMK. Remaja putri perlu dipantau status gizinya agar tidak menurun karena remaja putri khususnya di masa SMA/K sangat memperhatikan citra tubuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier Sunita. 2009, Prinsip Dasar Ilmu Gizi. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Ayu, Anindya D.N. 2015. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Kelas Xi Di Tiga Sma Kota Yogyakarta Tahun 2015 . Skripsi. Diakses Diakses Tanggal 14 Maret 2018 Pkl 18:06 Wib
- Caturiyantiningtiyas, Titin. 2015. Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kelas X Dan XI Sma Negeri 1 Polokarto. Skripsi. Fik Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses Tanggal 13 Maret 2018 Pkl 15:09 Wib
- Depkes Ri. Program Penanggulangan Anemia Gizi Pada Wanita Subur. Departemen Kesehatan Republik Indonesia: Jakarta. 2001.
- Departemen Kesehatan. 2003. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2003. Jakarta.
- Departemen Kesehatan. 2007. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2007. Jakarta
- Departemen Kesehatan. 2009. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2009. Jakarta.
- Dharmadi, M. Dkk. (2011). Penyuluhan Anemia Defisiensi Besi (Adb) Pada Remaja Puteri Di Sekolah

- Menengah Atas Negeri 1 Bangli. 03 Oktober 2011. Dharmadi, M. Dkk. (2011). Penyuluhan Anemia Defisiensi Besi (Adb) Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bangli. 03 Oktober 2011.
- Gayuh. 2009. Anemia Remaja Putri Di Sma Tangerang. Diakses Tanggal 15 Maret 2018 Pkl 15:09 Wib
- Gibson, R.S.,Et Al. 1998. Complementary Foods For Infant Feeding In Developing Countries : Their Nutrient Adequacy And Improvement.
- Gita, Eka J. 2015. Skripsi. Hubungan Antara Asupan Zat Besi (Fe) Dan Protein Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Di Smp Negeri 13 Manado. Universitas Sam Ratulangi. Diakses Tanggal 13 Maret 2018 Pkl 15:09 Wib
- Gunatningsih. 2007. Hubungan Status Gizi Remaja Putri Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Di Sma Negeri Solo. Diakses Tanggal 05 Maret 2018 Pkl 10:00 Wib
- Hapzah, Dkk. 2012. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Pada Siswi Kelas Iii Di Sman 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
- Husna, Umniyati. 2015. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Pola Makan. Jurnal Profesi, Volume 12, Nomor 2, Maret 2015
- Raspati H, Reniarti L, Dkk. 2006. Anemia Defisiensi Besi. Buku Ajar hematologi Onkologi Anak. Cetakan Ke-2 Idai Pp 30-42. Jakarta: Badan Penerbit IDAI.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2007. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia
- Saputri, Yuliana D. 2016. Skripsi. Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Faktor Lainnya Dengan Prestasi Belajar Di Smk Raflesia Depok Tahun 2016. Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta. Diakses Tanggal 13 Maret 2018 Pkl 15:15 Wib
- Siti. 2013. Hubungan Pengetahuan Anemia Dan Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Sma Negeri. Diakses Tanggal 13 Maret 2018 Pkl 15:09 Wib
- Sediaoetama, A.D. (2006). Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa Dan Profesi Jilid Ii. Jakarta: Dian Rakyat.
- Susirah. 2011. Hubungan Pengetahuan Tablet Tambah Darah Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Sma. Diakses Tanggal 10 Maret 2018 Pkl 18:09 Wib
- Smeltzer, C Suzanne. 2002. Keperawatan Medikal Bedah. Edisi 8. Jakarta:EGC.
- Survei Kesehatan Rumah Tangga Republik Indonesia. 2015. Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan. www.litbangkes.ui
- Supariasa. 2002. Penilaian Status Gizi. EGC. Jakarta.
- Tenri. 2012. Hubungan Pengetahuan Anemia Dan Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Smp. Diakses Tanggal 13 Maret 2018 Pkl 15:09 Wib
- Wahyu, Endar C. 2015. Skripsi. Hubungan Tingkat Asupan Protein, Zat Besi Dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas X Dan Xi Sma Negeri 1 Polokarto Kabupaten Sukoharjo. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses Tanggal 13 Maret 2018 Pkl 15:09 Wib.
- WHO, 2010. Child Growth Standard. Available from: http://www.who.int/childgrowth/standards/weight_for_age/en/index.html. [diakses 20 Januari 2018]