

Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

The Association Between Adolescent Girls' Nutritional Status and The Prevalence of Anaemia

Ani Triana^{1*}, Eka Maya Saputri²

^{1*} Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru

² Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Informasi Artikel

Submit: 16 – 1 – 2024

Diterima: 23 – 1 – 2024

Dipublikasikan: 28 – 1 – 2024

ABSTRACT

Anaemia is a nutritional issue that affects many nations, including Indonesia, with adolescent girls having the highest prevalence. One factor that contributes to anaemia in adolescent girls is their dietary state. Most of the young ladies at the Nuruddin Islamic Boarding School exhibit anaemia signs, yet medical professionals have never tested them for the condition. The purpose of this study was to ascertain the connection between adolescent girls' anaemia incidence and nutritional status. The study design is cross-sectional and employs a quantitative approach in the research methodology. 38 young women made up the study's sample, which was selected using a straightforward random selection method, bivariate data analysis using the Chi Square test. The study's findings indicated that anaemia prevalence in adolescent girls was 60.5%, and statistical test results indicated a correlation between the incidence of anaemia in adolescent girls and nutritional status (pvalue 0.004 (<0.05) POR 10.11). The study's conclusion is that adolescent girls who have poor nutritional status run the risk of developing 10 instances of anaemia. It is advised that screening be done in order to identify problems early and to cooperate with medical professionals to give blood supplements.

Keywords: *nutrition status, anaemia, adolescent girls*

ABSTRAK

**Alamat Penulis Korespondensi:*
Bdn. Ani Triana, SST, M.Kes.;
Universitas Hang Tuah
Pekanbaru, Jl. Nustafa Sari
No.5, Tangkerang Selatan, Riau,
Indonesia 28282.
Phone: 081282621460
Email: anitriana@htp.ac.id

Anemia menjadi permasalahan gizi di berbagai negara termasuk Indonesia dengan prevalensi terbesar terjadi pada remaja putri. Remaja putri menjadi kelompok yang berisiko terkait kejadian anemia dan salah satunya berhubungan dengan status gizi. Di Pondok Pesantren Nuruddin sebagian besar remaja putri mengalami gejala anemia dan tidak pernah dilakukan pemeriksaan anemia oleh petugas kesehatan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini sebesar 38 remaja putri dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*, analisis data bivariat menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 60,5% dengan hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri *pvalue* 0,004 (<0,05) POR 10,111. Simpulan penelitian status gizi yang berisiko menyebabkan remaja putri akan mengalami 10 kali kejadian anemia. Perlu disarankan dilakukan screening sebagai deteksi dini dan kerjasama dengan petugas kesehatan untuk pemberian tablet tambah darah.

Kata kunci: status gizi, anemia, remaja putri

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang banyak terjadi dan tersebar di seluruh dunia, baik di negara berkembang dan negara miskin. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2017, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri. Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi (1). Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik (2).

Remaja adalah salah satu kelompok yang rentan mengalami permasalahan terkait gizi salah satunya anemia. Hal ini dikarenakan terjadinya percepatan pertumbuhan dan perkembangan, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan, kehamilan remaja dan aktivitas fisik (3). Remaja putri lebih beresiko menderita anemia daripada remaja putra setiap bulannya mengalami menstruasi, sering kali menjaga penampilan, ingin mendapatkan tubuh ideal sehingga berdiet dan mengurangi makan. Pola menstruasi yang tidak normal dapat menyebabkan anemia karena terjadi pengeluaran darah yang berlebih, sehingga hemoglobin yang terkandung dalam darah juga ikut terbuang (4). Remaja putri menderita anemia bila kadar hemoglobin (Hb) darah menunjukkan nilai kurang dari 12 gr/dl. Dampak anemia pada remaja putri yaitu gangguan fungsi kognitif, berisiko melahirkan bayi BBLR dan stunting, daya konsentrasi menurun, pertumbuhan dan perkembangan terhambat, antibodi menurun (5).

Status gizi merupakan salah satu faktor penyebab kejadian anemia pada remaja putri (6). Menurut Penelitian Muhayati dan Ratnawati (2019) bahwa status gizi berhubungan dengan kejadian anemia. Hal ini ditunjukkan bahwa yang memiliki IMT kurus disebabkan oleh beberapa faktor seperti kebiasaan makan dan pemahaman gizi yang salah. Kesukaan dan pembatasan yang berlebihan terhadap makanan tertentu dapat menyebabkan tubuh gizi tidak terpenuhi. Status gizi kurang yang tidak diatasi dengan baik akan membahayakan remaja putri seperti terjadinya gangguan tumbuh kembang janin pada saat kehamilan (4).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Pondok Pesantren (ponpes) Nuruddin Desa Sungai Sarik didapatkan bahwa 8 dari 10 santriwati mengeluh lelah, lemah dan lesu. Dari hasil wawancara terhadap 8 orang yang mengalami keluhan mereka juga merasa tidak konsentrasi dalam belajar, apalagi di ponpes mata pelajaran lebih banyak di bandingkan sekolah umum. Menurut pimpinan ponpes bahwa petugas kesehatan tidak pernah melakukan pemeriksaan Hb pada santri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di pondok pesantren Nuruddin Desa Sungai Sarik.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif berjenis analitik observasional, menggunakan desain studi penampang analitik (*analytic cross-sectional study*).

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Nuruddin Desa Sungai Sarik dari 05 Juli-02 November 2023.

Target/Subjek Penelitian

Populasi penelitian ini adalah seluruh santriwati ponpes Nuruddin yang berjumlah 92 orang, dengan sampel sebanyak 42 orang dengan penetapan besaran sampel berdasarkan rumus Lemeshow S dengan nilai $p= 5\%$ (0,05), $q= 0,90$ dan $d= 0,05$ sehingga didapatkan sampel berjumlah 38 orang santriwati. Teknik sampling menggunakan *simple random sampling* yaitu mengelompokkan dan mengurutkan nomor dan nama santriwati lalu diundi/diacak sampai jumlah sampel memenuhi 38 orang.

Prosedur

Prosedur penelitian ini dilakukan melalui tiga tahapan yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan dan tahap pengumpulan hasil penelitian. Adapun pada tahap perencanaan peneliti melakukan studi pendahuluan dan mengumpulkan sumber data baik data primer dan skunder yang terkait dengan penelitian, tahap pelaksanaan yaitu mengumpulkan sampel penelitian sebanyak 38 orang yang selanjutnya dilakukan pemeriksaan Hb secara digital untuk menentukan apakah santriwati tersebut mengalami anemia atau tidak, kemudian peneliti melakukan penimbangan berat badan (BB) dan mengukur tinggi badan (TB) untuk menentukan Indeks Massa Tubuh (IMT) sebagai indikator status gizi pada remaja putri. Tahap terakhir yaitu pada tahap pengumpulan hasil penelitian mengelompokkan hasil pengukuran dari variabel status gizi dan variabel kejadian anemia yang selanjutnya dikelompokkan menurut skala kategorik. Variabel status gizi dengan skala kategorik (kurus (IMT <18,5)-obesitas (IMT>25) (berisiko) dengan skor 0, normal (IMT 18,5-25) (tidak berisiko) dengan skor 1) dan kejadian anemia (anemia (Hb <12gr/dL) dengan skor 0, tidak anemia (≥ 12 dengan skor 1).

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer yaitu data yang diambil secara langsung melalui pengisian lembar observasi langsung hasil pengukuran. Oleh karena itu instrumen penelitian yang digunakan adalah pada variabel status gizi menggunakan timbangan dan pengukur tinggi badan, sedangkan instrumen yang digunakan untuk menentukan anemia menggunakan Hb digital. Adapun teknik pengumpulan data melalui beberapa kegiatan yaitu pengumpulan data santriwati oleh wakil kesantrian putri, *informed consent* untuk menjadi responden, dan pengambilan data variabel status gizi serta variabel kejadian anemia.

Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk menggambarkan distribusi frekuensi variabel status gizi dan kejadian anemia, sedangkan analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri yang menggunakan uji statistik *Chi-Square* dengan hasil intepretasi yakni nilai p value $\geq 0,05$ menyatakan bahwa H0 diterima dan Ha ditolak dan bila p value <0,05 menyatakan bahwa H0 ditolak dan Ha diterima.

HASIL

Dari tabel 1 hasil analisis univariat tersebut menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri dengan status gizi tidak berisiko (IMT 18,5-25) sebanyak 22 orang (57,9%) dan sebagian besar remaja putri mengalami anemia (Hb <12 gr/dL) sebanyak 23 orang (60,5%). Tabel 1 juga menunjukkan bahwa tidak ada variabel yang homogen (< 15%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi Dan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

Variabel	n	%
Status Gizi		
Berisiko (IMT <18,5 atau IMT > 25)	16	42,1
Tidak Berisiko (IMT 18,5-25)	22	57,9
Total	38	100
Kejadian Anemia		
Anemia (Hb <12 gr/dL)	23	60,5
Tidak Anemia (Hb ≥ 12 gr/dL)	15	39,5
Total	38	100

Sumber: Data Primer (2023)

Dari tabel 2 hasil analisis bivariat tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan *pvalue* 0,004 (<0,05) dengan dengan POR 10,111 kali yang artinya remaja putri yang memiliki status gizi berisiko (IMT <18,5 atau IMT >

25) mengalami 10 kali anemia dibandingkan remaja putri dengan status gizi tidak berisiko (IMT 18,5-25). Hasil analisis pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Hubungan Antara Status Gizi Dan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

Variabel	Kejadian Anemia				pvalue	POR
	Anemia		Tidak Anemia			
	n	%	n	%		
Status Gizi						
Berisiko (IMT <18,5 atau IMT > 25)	9	34,2	13	23,7	0,004	10,111
Tidak Berisiko (IMT 18,5-25)	14	5,3	2	36,8		
Total	22	39,5	15	60,5		

Sumber: Data Primer (2023)

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji korelasi *Chi-Square* diperoleh *pvalue* 0,004 yaitu artinya $< 0,05$, sehingga diketahui bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Ponpes Nuruddin Desa Sungai Sarik. Hasil POR pada penelitian 10,111 artinya remaja putri dengan status gizi berisiko (IMT <18,5 atau IMT > 25) atau kurus/obesitas mengalami 10 kali terjadi anemia dibandingkan remaja putri dengan status gizi tidak berisiko (IMT 18,5-25) atau normal. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ridwan dan Suryaalamasyah (2023), Zulfa (2023), Astuti (2023), Jannah dan Anggraeni (2021), Harahap (2018) dengan hasil hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri (7) (8) (9) (10) (11).

Pada penelitian didapatkan mayoritas responden dengan status gizi tidak berisiko sebanyak 22 orang (57,9%). Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Pibriyanti, *et al.* bahwa meskipun sebagian besar responden berstatus gizi normal, namun responden tetap berisiko mengalami anemia karena asupan yang dikonsumsi belum memenuhi kebutuhan sesuai Angka Kecukupan Gizi (AKG) terutama protein, energi, dan zat besi, hal tersebut didapatkan jika remaja melakukan pola makan yang benar agar gizi remaja terpenuhi (12). Menurut hasil penelitian Triana (2022) (13) terkait pola makan bahwa jika anak remaja sekolah memahami dengan jelas manfaat konsumsi makanan maka perilaku konsumsi makanan yang tepat juga harus dilakukan dengan baik agar dapat mencegah terjadinya anemia. Menurut Utami *et.al* bahwa perlu adanya pendidikan gizi dan pemantauan secara berkala dari Puskesmas hingga Pos Kesehatan Pondok Pesantren (remaja putri dan pimpinan ponpes) tentang pentingnya gizi pada remaja untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan mengubah perilaku terkait asupan makanan. Pimpinan pesantren harus memberikan nutrisi yang baik kepada santri agar berat badan santri tetap normal dan dapat menurunkan serta mencegah anemia pada remaja putri. Upaya yang dilakukan adalah salah satunya melalui pemberian tablet tambah darah sebagai pemenuhan asupan zat besi untuk mencegah terjadinya anemia (13)(14).

Menurut Sari *et.al* (2023) bahwa remaja putri yang mempunyai asupan zat besi kurang akan lebih rentan terkena anemia di bandingkan dengan remaja putri yang memenuhi kebutuhan zat besi (15). Selain itu baru-baru ini isu menunjukkan bahwa media sosial memberikan gaya makanan pengaruh seperti remaja tidak mempertimbangkan kembali kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi saja mengkonsumsi makanan cepat saji tersebut. Makanan atau snack yang sering mereka konsumsi lebih banyak mengandung karbohidrat dan gula yang dapat memicu penurunan kadar hemoglobin (16).

Perlu direkomendasikan kepada Ponpes Nuruddin untuk bekerja sama dengan petugas kesehatan atau langsung dengan Puskesmas wilayah kerja yaitu Puskesmas Kampar Kiri untuk melakukan pemeriksaan Hb dan status gizi berkala sebagai upaya screening dan deteksi dini anemia. Selain itu melalui program pemerintah dengan pemberian tablet tambah darah (TTD) untuk asupan zat besi pada remaja putri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa prevalensi kejadian anemia dari 38 orang responden adalah 60,5% (23 orang). Hasil dari uji *Chi-square* menunjukkan status gizi berhubungan

signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri di ponpes Nuruddin Desa Sungai Sarik. Dimana semakin berisiko status gizi maka remaja putri tersebut akan berisiko mengalami anemia.

SARAN

Saran penelitian ini yaitu perlunya screening kesehatan pada remaja putri untuk pencegahan sejak dini agar tidak mengalami lebih lanjut permasalahan gizi lainnya di masa mendatang karena remaja putri akan menjadi wanita dewasa yang akan hamil dan melahirkan. Adapun sangat diperlukan peran tenaga kesehatan dalam pencegahan tersebut melalui program pemberian TTD. Apabila tenaga kesehatan tidak pernah datang maka perlunya pihak sekolah untuk berkoordinasi dengan petugas kesehatan setempat atau mendatangi Puskesmas yang berada di wilayah kerja ponpes. Bagi peneliti selanjutnya perlu dilakukan penambahan variabel penelitian yang berpengaruh dengan kejadian anemia dan melakukan penelitian tidak hanya kuantitatif namun dapat dilakukan secara kualitatif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis sangat berterima kasih kepada seluruh pihak-pihak yang telah membantu dalam seluruh proses sehingga dapat terselesaikan dengan baik, terutama kepada Program Studi DIII dan S1 Kebidanan serta Ponpes Nuruddin Desa Sungai Sarik yang telah memberikan fasilitas sehingga terlaksananya penelitian ini.

KONFLIK KEPENTINGAN

Seluruh penulis dalam artikel ini tidak memiliki konflik dan kepentingan apapun.

DAFTAR PUSTAKA

1. Podungge Y, Z. SN, Mile SYW. Buku Referensi Remaja Sehat, Bebas Anemia [Internet]. Yogyakarta: Deepublish; 2021. Available from: https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Referensi_Remaja_Sehat_Bebas_Anemia/f0qFEAAAQBAJ?hl=en&gbpv=0
2. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI. Laporan Nasional Riskesdas 2018 [Internet]. Lembaga Penerbit Balitbangkes. Jakarta; 2018. Available from: https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf
3. Sari P, Hilmanto D, Herawati DMD, Dhamayanti M. Buku Saku Anemia Defisiensi Besi pada Remaja Putri [Internet]. Pekalongan: NEM; 2022. Available from: https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Saku_Anemia_Defisiensi_Besi_pada_Re/fPp7EAAAQBAJ?hl=en&gbpv=1
4. Muhayati A, Ratnawati D. Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *J Ilmu Ilmu Keperawatan Indones*. 2019;9(01):563–70.
5. Utami A, Margawati A, Pramono D, Diah Rahayu Wulandari. Anemia pada Remaja Putri [Internet]. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. 2021. 47 p. Available from: http://doc-pak.undip.ac.id/12690/1/Modul_Anemia.pdf
6. Nurjannah SN, Putri EA. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan. *J Midwifery Care* [Internet]. 2021;01(02):125–31. Available from: <https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/jmc/article/view/266/238>
7. Syabani Ridwan DF, Suryaalamshah II. Hubungan Status Gizi dan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Triyasa Ujung Berung Bandung. *Muhammadiyah J Midwifery*. 2023;4(1):8.
8. Zulfa WI. Hubungan Body Image, Kebiasaan Makan, dan Status Gizi dengan Masalah Anemia Gizi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sampang. *Media Gizi Kesmas*. 2023;12(1):344–51.

9. Astuti ER. Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri. *Jambura J Heal Sci Res.* 2023;5(2):550–61.
10. Jannah D, Anggraeni S. the Nutritional Status of Relations With Anemia on Scene Adolescent Girls At Sman 1 Pagelaran Pringsewu. *J Ilm Kesehat [Internet].* 2021;10(1):42–7. Available from: <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/JIK%7C42>
11. Harahap NR. Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Nurs Arts.* 2018;12(2):78–90.
12. Pibriyanti K, Zahro L, Ummah SK, Luthfiya L, Sari FK. Macronutrient , nutritional status , and anemia incidence in adolescents at Islamic boarding school *. 2021;18(2):97–103.
13. Triana A. Faktor Resiko Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di MAS PP Nuruddin. *Termom J Ilm Ilmu Kesehat dan Kedokt.* 2022;1(1):01–7.
14. Utami A, Margawati A, Pramono D, Wulandari DR. Prevalence of Anemia and Correlation with Knowledge, Nutritional Status, Dietary Habits among Adolescent Girls at Islamic Boarding School. *J Gizi Indones (The Indones J Nutr.* 2022;10(2):114–21.
15. Sari RP, Silaban EML, Merry YA. Correlation of Hemoglobin Levels with Nutritional Status in Adolescent Girls: A Health Promotion Perspective. *J Promosi Kesehat Indones.* 2023;18(2):109–15.
16. Sari P, Arcynie Fitry S, Dyah Bestari A, Aryuti Nirmala S. Study Correlation Between Nutritional Status and Anemia Among Adolescent Girls In Rural Jatinangor. 2019;13(Ichs 2018):218–21.