

HUBUNGAN ANEMIA DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI

Roos Arum Parasdia,¹ Puspa Sari,² Ari Indra Susanti,³ Merry Widjayanti⁴

1 Jurusan Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran, Indonesia

2,3,4 Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran, Indonesia

Informasi Artikel:

Diterima: Agustus, 2017

Disetujui: September, 2017

* Korespondensi penulis.

roos_arum@yahoo.com

ABSTRAK

Anemia pada remaja putri dapat menimbulkan resiko jangka panjang maupun jangka pendek. Salah satu faktor yang memengaruhi anemia pada remaja adalah status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan anemia pada remaja dengan status gizi pada remaja putri pada beberapa SMA di wilayah Jatinangor Jawa Barat. Penelitian ini menggunakan desain cross sectional. Jumlah sampel 84 orang dengan teknik *simple random sampling* dari seluruh siswi kelas X di setiap SMA. Kadar Hb diperiksa dengan Hb digital, status gizi dilakukan pemeriksaan berat badan dan tinggi badan. Analisis data secara univariat dan bivariat dengan *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri sebanyak 45,2 %, status gizi kurus 14,3%. Tidak ada hubungan yang bermakna antara anemia dengan status gizi ($p\text{-value}=0,649$). Simpulan dari penelitian ini adalah Prevalensi anemia pada responden masih tinggi namun tidak ada hubungan yang bermakna antara anemia dengan status gizi.

Kata Kunci : Anemia, Remaja putri, Status Gizi.

ABSTRACT

Anemia can cause a risk to adolescent girls both long term and in the short term. One of the factors influence anemia in adolescents is nutrition status. This study aims to determine of anemia in adolescent with nutritional status in adolescent girls The Design of this study is cross sectional. The sample of this study is 84 adolescent girls, people was selected by simple random sampling technique from all student at class x ech high school on 2-3 August 2016. hemoglobin levels was checked by a digital, nutritional status examination of weight and height. Data were analyzed with univariate and bivariate chi square.

The results of the study shows that the prevalence of anemia in adolescent is 45.2%, nutritional status underweight is 14,3%. There is no relationship between anemia with nutritional status ($p\text{-value}=0,649$). The conclusion of this research is the prevalence of anemia is still high, and there was no significant association between anemia and nutritional status.

Key Word : Anemia, adolescent girls, nutritional status

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah tergolong rendah, anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berdampak buruk pada pembangunan sosial dan ekonomi. Anemia dapat diakibatkan oleh berbagai penyebab seperti kekurangan asam folat, vitamin B12, vitamin A, dan zat besi. prevalensi anemia di Indonesia menurut WHO sebesar 37% lebih tinggi dari prevalensi anemia di dunia. (WHO, 2015)

Menurut Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 2012 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1%. Jawa barat memiliki angka kejadian anemia sebesar 51,7% menurut Departemen Kesehatan pada tahun 2012. (SDKI, 2012) Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Asep tentang hubungan faktor internal dan eksternal keluarga dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri di SMPN 1 Cimalaka kabupaten Sumedang mendapatkan hasil bahwa remaja putri yang mengalami anemia sebesar 20,6%. (Asep I, 2009).

Kejadian anemia bervariasi menurut umur, jenis kelamin, perilaku, dan status kehamilan. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami anemia. Hal ini dapat dibuktikan dengan data dari WHO yang menyatakan masih tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri. (WHO, 2015).

Anemia dapat menimbulkan resiko pada remaja putri baik jangka panjang maupun dalam jangka pendek. Dalam jangka pendek anemia dapat menimbulkan keterlambatan pertumbuhan fisik, dan maturitas seksual tertunda. (Helen V, 2006). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Sedayu, tentang hubungan kejadian anemia dengan prestasi pada remaja putri didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara kejadian anemia terhadap prestasi belajar. Hal ini menunjukkan dampak remaja yang mengalami anemia adalah

kurangnya konsentrasi sehingga akan memengaruhi prestasi belajar remaja tersebut di kelasnya. (Astriandani, 2015) Dampak jangka panjang remaja putri yang mengalami anemia adalah akan meningkatkan risiko pada ibu dan bayinya seperti berat badan lahir rendah (BBLR), keguguran, perdarahan, bahkan menyebabkan kematian pada ibu dan bayinya. (Permenkes, 2014).

Remaja putri lebih rentan terkena anemia karena remaja putri biasanya ingin tampil langsing sehingga membatasi asupan makanan selain itu remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya. Diperkirakan kehilangan zat besi \pm 1,3 mg per hari, sehingga kebutuhan zat besi lebih banyak dari pada pria. (Tim Penulis Poltekkes Depkes, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan di SMKN 1 Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri menyatakan faktor-faktor yang dapat memengaruhi anemia pada remaja putri adalah pendapatan keluarga, pendidikan ibu, kebiasaan minum teh, pengetahuan remaja, sikap remaja, kejadian infeksi, menstruasi, dan asupan suplemen zat besi, dan status gizi. (Akma I, amperangsih y, 2012). Penelitian yang dilakukan oleh Sulaeman tahun 2009 menunjukkan bahwa sebanyak 69,5% remaja putri dengan status gizi tidak normal mengalami anemia. Status gizi adalah suatu keadaan keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan zat gizi tersebut. Status gizi dapat ditentukan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan alat atau cara yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. (Sulaiman, 2009; Supariasa, 2002; Notoadmojo, 2007)

Tingginya prevalensi anemia dan banyaknya faktor penyebab anemia salah satunya adalah status gizi, membuat penulis tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan anemia dengan status gizi pada remaja putri di SMA Jatinangor.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain potong lintang. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui angka kejadian anemia dan faktor yang dapat memengaruhi seperti status gizi.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi putri kelas X di beberapa SMA di wilayah Jatinangor dengan jumlah total 480. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi putri sebagian siswi kelas X di SMA Kecamatan Jatinangor. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *simple random sampling*.

Kriteria Inklusi pada penelitian ini adalah siswi umur 14-16 tahun, siswi kelas X di SMA yang telah ditentukan, dan bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini. Sedangkan untuk kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah siswi yang sedang sakit saat pengambilan data dan siswi kelas XI dan XII di SMA Kecamatan Jatinangor.

Pengambilan data dilakukan pada tanggal 2-3 agustus 2016 di SMA Kecamatan Jatinangor dan waktu yang dibutuhkan untuk melakukan pemeriksaan status anemia sekitar 3 menit, status gizi 2 menit. Waktu yang dibutuhkan jika akumulasikan sekitar 5 menit.

Analisis data dalam penelitian ini adalah univariat yang akan di sajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan analisis bivariat untuk menghubungkan yang terjadi antara variabel bebas dan variabel terikat dengan metode analisis *chi square*. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Padjajaran Fakultas Kedokteran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1: Distribusi Frekuensi Status Anemia Pada Remaja Putri di SMA Kecamatan Jatinangor

Status Anemia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Anemia	38	45,2
Tidak Anemia	46	54,8
Total	84	100

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa status anemia pada responden penelitian mencapai 45,2%.

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Anemia Pada Remaja Putri di SMA Kecamatan Jatinangor Berdasarkan Klasifikasi

Status Anemia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Ringan	12	31,6
Sedang	25	65,8
Berat	1	2,7
Total	38	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa remaja putri di SMA kecamatan jatinangor yang mengalami anemia paling banyak adalah anemia dengan klasifikasi sedang dengan prevalensi 65,8%.

Tabel 3: Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Remaja Putri di SMA Kecamatan Jatinangor

IMT	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kurus Sekali	8	9,5
Kurus	12	14,3
Normal	53	63,1
Gemuk	4	4,8
Obesitas	7	8,3
Total	84	100

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil bahwa remaja putri di SMA Kecamatan Jatinangor yang mempunyai status gizi kurus dengan prevalensi 14,3%. Status gizi terbanyak dari hasil pemeriksaan pada remaja putri adalah

yang mempunyai status gizi normal yaitu 63,1%.

Tabel 4: Hubungan Status Anemia dengan Status Gizi

IMT	Status Anemia				Total	Nilai p
	Anemia		Tidak Anemia			
	n	%	n	%		
Kurus Sekali	4	50	4	50	8	0,749
Kurus	6	50	6	50	12	
Normal	22	41,5	31	58,5	53	
Gemuk	3	75	1	25	4	
Obesitas	3	42,8	4	57,2	7	
Total	38		46		84	

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan pada tabel 4 didapatkan hasil uji *chi square* menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri (p value 0,749).

Hasil analisis dikatakan bermakna apabila (p value < 0,05), jika dianalisis dari hasil tabel (p value > 0,05) sehingga dapat dikatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan status anemia.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa prevalensi anemia gizi besi pada remaja putri di SMA Kecamatan Jatinangor adalah 45,2%. Angka prevalensi anemia masih tergolong tinggi apabila dibandingkan dengan dengan data RISKESDAS 2013 sebesar 18,4%. Penelitian ini dapat menunjukkan bahwa anemia pada remaja dapat dikatakan sebagai masalah kesehatan khususnya di SMA Kecamatan Jatinangor (RISKESDAS, 2013).

Hasil penelitian ini tidak jauh dengan penelitian yang dilakukan oleh Nahsty (2011) terhadap remaja putri di kota Depok dengan prevalensi

47,53% dan dengan penelitian Tenri (2012) di Kab. Kepulauan Selayar dengan prevalensi 68,2%. (Nahsty, 2011; Tenri, 2012).

Masih tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri merupakan salah satu masalah kesehatan, oleh karena itu perlu adanya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja, untuk menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri. Perlu adanya intervensi dari pihak pemerintah dan petugas kesehatan setempat seperti memberikan tablet zat besi dan penyuluhan kesehatan mengenai anemia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mitta (2010) di Mumbai mengatakan dengan mengkonsumsi tablet penambah darah selama 3 bulan dapat meningkatkan kadar Hb. Dengan adanya tindakan pencegahan dan penanggulangan diharapkan remaja putri yang akan menjadi calon ibu nantinya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. (Mitta, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3. Status gizi dapat ditentukan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan alat atau cara yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Berat badan kurang dapat meningkatkan risiko terhadap penyakit infeksi, sedangkan berat badan lebih akan meningkatkan risiko terhadap penyakit degeneratif. (Akma I, amperangsih y, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan di SMA Kecamatan didapatkan bahwa remaja putri di SMA Kecamatan Jatinangor mempunyai status gizi normal sebesar 63,1% dan yang mempunyai status gizi kurus sebanyak 14,3% lebih banyak yang mempunyai status gizi normal. Hal ini menunjukkan status gizi di SMA Kecamatan Jatinangor termasuk dalam kategori baik.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4. Terdapat 6 responden dengan IMT kurus menderita anemia, dari total 12 responden IMT kurus. Hasil analisis statistik dari penelitian yang

dilakukan dengan menggunakan uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan angka kejadian anemia ($p=0,749$).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyu Putra (2014) yang menyatakan tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia ($p=0,512$) dan juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Gunatmaningsih (2007) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara status anemia dengan status gizi. (Wahyu P, 2014; Gunatmaningsih, 2007).

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2015) juga mendapatkan hasil yang menyatakan tidak ada hubungan antara status gizi dengan status anemia ($p=0,898$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa status gizi bukan merupakan salah satu faktor penentu seseorang menderita anemia. Tetapi wanita dengan status gizi kurus dapat menjadi faktor resiko kekurangan cadangan zat besi di dalam tubuh. (Rahayu, 2015).

Hal ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan Akma (2012) Mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi anemia, salah satunya adalah hubungan IMT dengan kejadian anemia dengan hasil nilai $OR=2,329$ yang artinya remaja putri yang mempunyai IMT tidak normal mempunyai risiko 2,329 kali untuk terkena anemia dibandingkan dengan remaja yang mempunyai IMT normal. (Akma I, amperanningsih y, 2012).

Gizi merupakan salah satu penentu kualitas sumber daya manusia. Keurangan gizi akan menyebabkan kegagalan pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan, menurunkan produktivitas kerja dan menurunkan daya tahan tubuh, yang berakibat meningkatnya angka kesakitan dan kematian. Kecukupan gizi sangat diperlukan oleh setiap individu, sejak janin yang masih didalam kandungan, bayi, anak-anak, masa remaja, dewasa sampai lanjut (Depkes, 2003).

Remaja memerlukan makanan yang mengandung zat gizi untuk tumbuh, berkembang, bergerak dan memelihara kesehatannya. Pada remaja kebutuhan gizi perlu mendapat perhatian karena

kebutuhan nutrisi yang meningkat, berubahnya gaya hidup dan kebiasaan makan berpengaruh pada kebutuhan dan asupan gizi (Supariasa, 2002; Savitri Sayogo, 2006).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan anemia dengan status gizi di SMA kecamatan Jatinangor Prevalensi anemia pada remaja putri sebanyak 45,2%. Terdapat proporsi anemia berdasarkan klasifikasi anemia sedang sebanyak 65,8%.

Remaja putri di beberapa SMA Kecamatan Jatinangor yang memiliki status gizi kurus sebanyak 14,3%. Tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Kecamatan Jatinangor tahun 2016 ($p=0,749$).

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada BAPPEDA Kabupaten Sumedang dan Dinas Pendidikan Kabupaten Sumedang yang telah memberi izin untuk melakukan penelitian, SMA Negeri 1 Jatinagor, SMA Al-Masoem, SMA Daarul Fatwa dan SMA Plus Al-Falah sebagai lokasi penelitian, serta siswa-siswi kelas X di lokasi penelitian yang berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akma L, Yulianti A. 2012. Analisis faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia gizi pada remaja putri di SMKN 1 Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Provinsi Lampung.; 9 (3).
- Asep, I. 2009. Hubungan faktor internal dan eksternal keluarga terhadap kejadian anemia gizi besi pada agregat remaja putri di SMP Negeri 1 Cimalaka Kabupaten Smedang. Sumedang: Universitas Indonesia; Thesis.
- Astriandani. 2015. Hubungan kejadian anemia dengan prestasi belajar matematika pada remaja putri kelas 11 di SMAN 1 Sedayu. Yogyakarta.

- Astuti R, Ali R. 2015. Faktor Resiko Anemia Pada Siswi Pondok Pasantren; University Research Coloquium.
- Departemen Kesehatan RI. 2003. Pedoman umum gizi seimbang. Jakarta; DEPKES.
- Guatmaningsing D. 2007. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Kijang (Skripsi). Semarang; Universitas negeri Semarang.
- Helen, V. 2006. Buku ajar asuhan kebidanan. Jakarta; hlm. 126-127.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. RISKESDAS ; hlm 256
- Mittal M, Bhanushali, Abhay R, Shirode, Yadunath M, etc. 2011. An intervention on iron deficienci anemia and change in dietary behavior among adolescent; International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences.; 3 (1): 40-42.
- Notoadmojo. 2007. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Jakarta; Rineke Cipta.
- Permenkes. 2014. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 88 Tahun 2014 tentang standar tablet tambah darah bagi wanita usai subur dan ibu hamil. Indonesia; Kemenkes RI.
- Sayogo, S. 2006. Gizi remaj putri. Jakarta; FKUI
- SDKI. 2012. Survei demografi dan kesehatan indonesia 2012; Jakarta.
- Siahaan N. 2011. Faktor-faktor yang mempengaruhi status anemia pada remaja putri di Wilayah Kota Depok (Skripsi). Jakarta; Universitas Indonesia
- Sulaeman. 2007. Hubungan antara tingkat pengetahuan dengan angka kejadian anemia remaja putri SMU Negeri 1 Yogyakarta tahun 2007. Yogyakarta; Tersedia di <http://webcache.gooleuserlontent.com>.
- Supriasa. 2002. Penilaian status gizi. Jakarta; EGC.
- Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta. 2012. Kesehatan remaja : problem dan solusinya. Jakarta; Salemba Medika.
- Wahyu H. 2014. Hubungan Status Gizi dengan Status Anemia Pada Remaja Putri.; 2(1).
- WHO. 2015. The global prevalensi of anaemia: World Health Organization.
- Yamin T. 2012. Hubungan pengetahuan asupan gizi dan faktor lain yang menyebabkan anemia di SMA Kabupaten Selayar (Skripsi). Jakarta; Universitas Indonesia.
-