

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMAN 5 Yogyakarta

Factors Related to The Incident of Anemia in Adolescent Girls at SMAN 5 Yogyakarta

Sri Rahayu¹, Melania Wahyuningsih^{2*}, Christin Wiyani³

^{1,2,3}Program Studi Keperawatan Program Sarjana FIKES UNRIYO

*¹rahayusri161999@gmail.com, ²melania@respati.ac.id, ³christinwiyani@gmail.com

²[*melania@respati.ac.id](mailto:melania@respati.ac.id)

*penulis korespondensi

Abstrak

Prevalensi anemia di dunia mencapai 1,32 miliar jiwa dan pada wanita subur 30,4% menderita anemia. Sedangkan prevalensi anemia di Indonesia pada remaja perempuan mencapai 23% dengan usia 15-24 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa anemia merupakan masalah kesehatan yang mengakibatkan penurunan produktivitas kerja, menurunkan daya tahan tubuh hingga kematian pada remaja sebagai calon generasi penerus. Penelitian ini untuk mengetahui Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia di SMA Negeri 5 Yogyakarta. Jenis penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan cross sectional. Pengambilan sampel menggunakan metode probability sampling dengan teknik proporsional random sampling dengan jumlah sampel 78 remaja. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *somers'd*. Hasil penelitian diperoleh: Tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia sebagian besar dengan kategori baik (80,8%), Siklus menstruasi remaja putri sebagian besar normal (67,9%), Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah patuh (65,4%), dan Kejadian anemia sebagian tidak anemia (64,1%). Ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia dengan *p-value* 0,026. Tidak adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia di SMAN 5 Yogyakarta.

Kata kunci: Anemia, siklus menstruasi, konsumsi tablet besi

Abstract

The prevalence of anemia in the world reaches 1.32 billion people and 30.4% of fertile women suffer from anemia. Meanwhile, the prevalence of anemia in Indonesia among adolescent girls reaches 23% aged 15-24 years. This shows that anemia is a health problem that results in decreased work productivity, reduced body resistance and even death in teenagers as potential future generations. This research is to determine the factors related to the incidence of anemia in SMA Negeri 5 Yogyakarta. This type of research uses analytical methods with a cross-sectional approach. Sampling used the probability sampling method with proportional random sampling technique with a sample size of 78 teenagers. The instrument used was a questionnaire. The analysis used in this research is the sommer'd test. The research results obtained: The level of knowledge of adolescent girls about anemia was mostly in the good category (80.8%), the menstrual cycle of adolescent girls was mostly normal (67.9%), compliance with the consumption of blood supplement tablets was compliant (65.4%), and The incidence of anemia was mostly non-anemic (64.1%). There is a relationship between the menstrual cycle and the incidence of anemia with a p-value of 0.026. There is no relationship between the level of knowledge and compliance with the consumption of blood supplement tablets on the incidence of anemia at SMAN 5 Yogyakarta.

Keywords: Anemia, menstrual cycle, consumption of iron tablets

1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang sangat memprihatinkan dan memberikan dampak jangka panjang yang buruk bagi kualitas sumber daya manusia Indonesia (1). Factor penyebab terjadinya kejadian anemia pada remaja adalah karena sedikitnya pasokan zat besi dan gizi lainnya. Selain itu kesalahan dalam mengkonsumsi zat besi dengan makanan lain yang dapat menurunkan absorpsi dari zat besi itu sendiri. Efek yang ditimbulkan dari anemia akan menimbulkan dampak terhadap fokus yang menurun, kebugaran jasmani menurun, pertumbuhan tinggi badan dan berat badan menjadi kurang optimal (2).

Anemia dapat menimbulkan berbagai dampak kurang baik bagi remaja yaitu dapat menyebabkan dampak keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku dan emosional (3). Di sisi lain, remaja putri juga calon pemimpin di masa datang, calon tenaga kerja yang menjadi tulang punggung produktivitas nasional dan akan menjadi seorang ibu yang akan melahirkan generasi penerus. Calon ibu yang menderita anemia jika tidak ditangani dikhawatirkan akan dapat melahirkan bayi dengan berat lahir rendah dan beresiko perdarahan yang dapat menimbulkan kematian ibu. Oleh karena itu, kualitas remaja putri perlu mendapat perhatian khusus (4).

Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 21 Maret 2023 di SMA Negeri 5 Yogyakarta melalui wawancara dan pemeriksaan terhadap 10 remaja putri di dapatkan hasil dari 70% remaja putri telah mengetahui tentang anemia dan faktor penyebabnya, sedangkan 30% remaja putri lainnya belum memiliki pengetahuan mengenai anemia. Dari 10 remaja tersebut, 40% remaja putri mengalami anemia yang menyebabkan menurunnya semangat belajar dan gejala yang ditimbulkan meliputi pucat, lelah dan nafsu makan menurun.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat kuantitatif menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross sectional* (Potong Lintang). Variabel bebas pada penelitian ini adalah Tingkat Pengetahuan, Siklus Menstruasi, dan Kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah, variabel terikat adalah kejadian anemia. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah semua remaja putri SMA Negeri 5 Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel pada penelitian menggunakan proporsional random sampling dengan jumlah 78 responden. Lokasi penelitian yaitu di SMA Negeri 5 Yogyakarta. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan, siklus menstruasi, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah adalah kuesioner yang terdiri dari 19 butir soal, dimana 15 soal terkait tingkat pengetahuan, 3 soal terkait siklus menstruasi dan 1 soal terkait kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, dan kejadian anemia dilakukan dengan cara pemeriksaan darah dengan alat *portable digital analyzer*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *Somers'd*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa tingkat pengetahuan tentang anemia siswi SMA Negeri 5 Yogyakarta sebagian besar berpengetahuan baik 80,8%, dan 3,8 % dengan tingkat pengetahuan kurang. Berdasarkan tabel 2 siklus menstruasi remaja putri siswi SMA Negeri 5 Yogyakarta sebagian besar memiliki siklus normal dengan jumlah 53 orang dengan persentase 67,9%. Berdasarkan tabel 3 diketahui kepatuhan konsumsi tablet tambah darah remaja putri siswi SMA Negeri 5 Yogyakarta dengan kategori 65,4%, yang tidak patuh konsumsi tablet tambah darah 34,6%.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri SMA Negeri 5 Yogyakarta

Tingkat Pengetahuan	f	Persen (%)
Baik	63	80,8
Cukup	12	15,4
Kurang	3	3,8
Total	78	100.0

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Remaja Putri SMA Negeri 5 Yogyakarta

Siklus Menstruasi	f	Persen (%)
Tidak Normal	25	32,1
Normal	53	67,9
Total	78	100

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri SMA Negeri 5 Yogyakarta

Kepatuhan konsumsi TTD	f	Persen (%)
Patuh	51	65,4
Tidak Patuh	27	34,6
Total	78	100

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Remaja Putri SMA Negeri 5 Yogyakarta

Kejadian Anemia	f	Persen (%)
Anemia Ringan	13	16,7
Anemia Sedang	15	19,2
Tidak Anemia	50	64,1
Total	78	100,0

Tabel 5 Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kejadian Anemia di SMA Negeri 5 Yogyakarta

Tingkat Pengetahuan	Kategori	Kejadian anemia						Total	%	r	p-value
		Anemia Ringan	%	Anemia Sedang	%	Tidak Anemia	%				
Baik	Baik	10	8	11	8	42	33	63	51	-0,061	0.474
	Cukup	3	0,46	4	0,61	5	0,76	12	1,84		
	Kurang	0	0,0	0	0,0	3	0,11	3	0,11		
Total		13	8,46	15	8,61	50	33,87	78	52,95		

Tabel 6 Hubungan Menstruasi dan Kejadian Anemia Di SMA Negeri 5 Yogyakarta

Siklus Menstruasi	Kategori	Kadar Anemia						Total	%	r	p-value
		Anemia Ringan	%	Anemia Sedang	%	Tidak Anemia	%				
Tidak Normal	Tidak Normal	8	2,56	5	1,60	12	3,84	25	8,01	0,231	0.026
	Normal	5	3,39	10	6,79	38	25,8	53	67,9		
Total		13	5,95	15	8,39	50	29,64	78	75,91		

Tabel 7 Hubungan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Kejadian Anemia di SMA Negeri 5 Yogyakarta

Kepatuhan Konsumsi TTD	Kategori	Kejadian anemia						Total	%	r	p-value
		Anemia Ringan	%	Anemia Sedang	%	Tidak Anemia	%				
Patuh	Patuh	9	5,88	11	7,19	31	20,26	51	33,34	0,078	0.433
	Tidak Patuh	4	1,38	4	1,38	19	6,57	27	9,34		
Total		13	7,26	15	8,57	50	26,83	78	42,68		

Berdasarkan tabel 4 diketahui kejadian anemia pada siswi SMA Negeri 5 Yogyakarta sebagian besar tidak anemia 64,1%, yang mengalami anemia ringan 16,7%. Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui

bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia. Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa ada hubungan yang significant antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMA Negeri 5 Yogyakarta. Berdasarkan tabel 7 di atas diketahui disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang significant antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang anemia Remaja Putri

Berdasarkan hasil uji univariat pada tabel 1 diketahui bahwa remaja putri SMA Negeri 5 Yogyakarta sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang berada pada kategori baik. Sebagaimana yang kita ketahui bahwa tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang sangatlah penting dan menjadi faktor penentu seseorang dalam berfikir dan berperilaku. Perilaku adalah suatu tindakan yang dapat dipelajari dan diamati (7). Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku manusia atau masyarakat adalah tingkat pengetahuan. Hal serupa juga dikatakan oleh peneliti sebelumnya bahwa perilaku yang timbul dari seseorang didasari oleh pengetahuan yang dimilikinya (8). Dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan remaja putri SMA Negeri 5 Yogyakarta memiliki tingkat pengetahuan yang baik, sehingga memungkinkan dugaan mereka untuk melakukan tindakan yang benar dalam mengantisipasi kejadian anemia.

Gambaran Siklus Menstruasi Remaja Putri

Berdasarkan hasil uji univariat pada tabel 2 diketahui bahwa siklus menstruasi pada remaja putri SMA Negeri 5 Yogyakarta sebagian besar normal. Sebagaimana yang kita ketahui bahwa remaja putri lebih rentan mengalami anemia dibandingkan remaja putra. Hal ini karena remaja putri mengalami pertumbuhan dan menstruasi setiap bulannya. Selain faktor gizi, siklus menstruasi pada remaja putri yang mengalami gangguan seperti mengalami menstruasi dengan waktu yang lebih panjang dari biasanya atau darah menstruasi yang keluar lebih banyak dari biasanya dapat beresiko mengalami anemia (9). Siklus menstruasi ini juga merupakan salah satu faktor penyebab remaja putri mudah terkena anemia defisiensi zat besi.

Gambaran Kejadian Anemia Remaja Putri

Berdasarkan hasil uji univariat pada tabel 4 diketahui bahwa remaja putri SMA Negeri 5 Yogyakarta sebagian besar tidak mengalami kejadian anemia. Hal ini sesuai dengan hasil uji faktor-faktor sebelumnya yang menyatakan bahwa remaja putri SMA Negeri 5 Yogyakarta memiliki pengetahuan yang baik, siklus menstruasi yang normal dan patuh mengkonsumsi tablet tambah darah. Jika dikaitkan dengan data-data responden sebelumnya yang diperoleh pada penelitian ini yang mencakup faktor-faktor yang mempengaruhi anemia antara lain yaitu tingkat pengetahuan, siklus menstruasi, dan kepatuhan meminum tablet tambah darah. Dari ketiga faktor yang diukur dalam penelitian ini ketiganya menunjukkan hasil yang baik, begitupun dengan kejadian anemia yang menurut data dalam penelitian menunjukkan hasil tidak adanya kejadian pada remaja putri SMA Negeri 5 Yogyakarta. Berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa dugaan ketiga faktor tersebut dalam mempengaruhi kejadian anemia adalah sesuai apabila ketiga faktor tersebut memiliki hubungan terhadap kejadian anemia.

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 5 Yogyakarta

Berdasarkan hasil uji bivariat pada tabel 5 di tunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 5 Yogyakarta. Meskipun secara statistik kedua variabel tidak menunjukkan hubungan yang signifikan, namun sampel pada penelitian ini yang memiliki pengetahuan baik mayoritas tidak mengalami anemia. Hal ini berarti remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik akan lebih awas dalam mencegah terjadinya anemia dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki pengetahuan yang buruk.

Menurut teori yang dikemukakan (12), pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Hasil tahu tersebut selanjutnya diolah

menjadi sebuah perilaku atau tindakan tertentu. Pemaparan inilah yang menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor tidak langsung yang dapat mempengaruhi kejadian anemia. Kejadian anemia remaja putri dipengaruhi oleh faktor lain seperti pola makan, jenis makanan yang dikonsumsi, siklus menstruasi dengan banyaknya darah menstruasi yang dikeluarkan.

Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 5 Yogyakarta

Berdasarkan hasil uji bivariat pada tabel 6 diketahui bahwa terdapat hubungan secara signifikan antara siklus menstruasi dengan kadar Hb atau kejadian anemia dengan nilai signifikansi sebesar 0,026. Hal ini berarti siklus menstruasi normal pada remaja putri maka akan memiliki kadar Hb normal sehingga tidak terjadi anemia. Pola menstruasi yang tidak normal seperti yang lebih panjang dari biasanya dengan darah yang keluar lebih banyak dari biasanya dapat mengakibatkan remaja putri.

Remaja putri dengan asupan zat besi yang rendah juga bisa menyebabkan kekurangan zat besi dalam darah yang dapat memicu kejadian anemia (13). Upaya pencegahan yang dilakukan untuk remaja putri untuk menghindari kejadian anemia, dengan cara memberikan obat tablet besi satu kali seminggu untuk mencegah kejadian anemia pada remaja putri.

Hubungan Kepatuhan Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia

Berdasarkan hasil uji bivariat pada tabel 7 ditunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan secara signifikan antara tingkat kepatuhan minum tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada siswi di SMA Negeri 5 Yogyakarta. Meskipun secara statistik kedua variabel tidak menunjukkan hubungan yang signifikan, namun sampel pada penelitian ini yang memiliki kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah mayoritas tidak mengalami anemia. Remaja putri rentan mengalami kejadian anemia karena defisiensi zat besi yang disebabkan karena banyaknya darah menstruasi yang keluar, yang dapat memicu menurunnya kadar hemoglobin di dalam darah. Kekurangan zat besi pada remaja berisiko tinggi mengakibatkan kejadian anemia karena remaja sedang mengalami pertumbuhan pesat disertai berbagai perubahan hormonal, sehingga remaja butuh banyak energi dan nutrisi yang cukup (14). Jika asupan gizi dan nutrisi yang sesuai tidak terpenuhi, maka akan berakibat pada gangguan tumbuh kembang termasuk pembentukan Hb, sehingga menyebabkan tubuh mudah lelah, tidak fokus, serta gangguan lainnya (15). Untuk itu perlu dilakukan langkah preventif untuk mengatasi kejadian anemia pada remaja putri, salah satunya yaitu anjuran untuk mengkonsumsi tablet tambah darah yang rutin diberikan setiap bulan.

Remaja putri yang memiliki kepatuhan minum tablet besi kategori patuh satu minggu sekali minum tablet tambah darah bisa mengalami anemia, apabila cara minum obat tambah darah kurang tepat. Pada umumnya remaja putri minum obat tambah darah setelah makan, dengan menggunakan air teh. Cara minum tablet tambah darah yang berbarengan dengan air teh, mengakibatkan absorpsi zat besi terhambat sehingga remaja putri bisa mengalami anemia.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 5 Yogyakarta adalah: Tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dalam kategori baik. Siklus menstruasi sebagian besar normal. Remaja putri patuh untuk mengkonsumsi tablet tambah darah, mayoritas remaja putri tidak mengalami anemia. Tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan anemia, kepatuhan minum obat tambah darah dengan kejadian anemia remaja putri. Ada hubungan yang bermakna antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia

5. DAFTAR PUSTAKA

- (1) Taufiq Z, Ekawidyanı KR, Sari TP. Aku Sehat Tanpa Anemia Buku Saku Anemia untuk Remaja Putri. Wonderland Publisher; 2020.

- (2) Nasruddin H, Syamsu RF, Permatasari D. Angka kejadian anemia pada remaja di Indonesia. *Cerdik Jurnal Ilmiah Indonesia*. 2021;62(2):165–171. <https://doi.org/10.1016/j.pedneo.2020.11.002>
- (3) Sayogo S. *Gizi Remaja Putri*. Jakarta: EGC; 2006.
- (4) Abadi Azzahroh P, Rozalia F. Faktor–faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA N 2 Kota Jambi. *Jurnal Ilmu dan Budaya*. 2018;41(58).
- (5) Dharma. *Metode Penelitian Keperawatan*. CV. Trans Info Media; 2013.
- (6) Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta. 2022. Kota Yogyakarta.
- (7) Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta CV; 2013.
- (8) Donsu JDT. *Psikologi Keperawatan*. Rineka Cipta, Jakarta; 2019.
- (9) Notoatmodjo S. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta; 2003.
- (10) Kemenkes RI. *Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur*. Jakarta: Kemenkes RI; 2018.
- (11) Adriani M, Wirjatmadi B. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group; 2012. 2:245–278.
- (12) Retnaningsih R. Hubungan Pengetahuan dan Sikap tentang Alat Pelindung Telinga dengan Penggunaannya pada Pekerja di PT X. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*. 2016;1(1):67-82.
- (13) Kumalasari D, Kameliawati F, Mukhlis H, Ayu Kristanti DA. Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja. *Wellness and Healthy Magazine*. 2019;1(2):187-192.
- (14) Sari TR, Surtimanah T, Ruhyat E. Perbandingan Kadar Hemoglobin Santriwati Sesudah Konsumsi Tablet Tambah Darah Ditambah Edukasi Video Singkat Dengan Hanya Konsumsi Tablet Tambah Darah. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*. 2022;4(1):39-46.
- (15) Suryani D, Hafiani R, Junita R. Analysis of Diet and Iron Deficiency Anemia in Adolescent Girls In City Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*. 2017;10(1).