

Hubungan Pengetahuan Dan Status Anemia Pada Remaja Putri

Munawaroh^{1*}, Dewi Suri Damayanti²

^{1), 2)}Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Mohammad Husni Thamrin

Correspondence Author: damayanti.dewisuri@gmail.com

DOI: 10.37012/jik.v17i1.2609

Abstrak

Prevalensi anemia remaja pada wanita usia subur usia 15 tahun ke atas sebesar 22.7% dan meningkat menjadi 32%. Anemia pada remaja disebabkan oleh asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik. Faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia pada remaja adalah pendapatan keluarga, pendidikan ibu, kebiasaan minum teh, pengetahuan, keadaan menstruasi serta asupan suplementasi zat besi. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan anemia terhadap status anemia pada remaja putri. Metodologi penelitian menggunakan rancangan *cross sectional*. Populasi sejumlah 115 siswa, sampel diambil dengan teknik *accidental sampling* sejumlah 76 siswi. Hasil penelitian didapatkan 92.1% siswi pernah mendapatkan suplementasi besi, 56.6% mengetahui cara mengonsumsinya, 25.7% siswi menghabiskan suplementasi besi yang diterima, 74.3% tidak menghabiskan suplementasi besi dikarenakan lupa, malas, mual dan lainnya. Berdasarkan hasil pemeriksaan Hb, siswi dengan anemia sebesar 55.3% dan siswi berpengetahuan kurang sebesar 64.5%. Uji *chi square* didapatkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dan status anemia pada siswi dengan P value 0.447 dan OR 0.613. Tingginya anemia pada siswi diperlukan kerjasama dengan berbagai pihak untuk peningkatan pengetahuan tentang gizi dan cara konsumsi suplementasi besi.

Kata kunci: anemia, remaja putri, pengetahuan

Abstract

The prevalence of adolescent anemia in women of childbearing age, aged 15 years and above, was 22.7% and increased to 32%. Anemia in adolescents is caused by suboptimal nutritional intake and lack of physical activity. Factors associated with anemia in adolescents are family income, maternal education, tea drinking habits, knowledge, menstrual conditions and iron supplementation intake. The study aimed to determine the relationship between anemia knowledge and anemia status in adolescent girls. The research methodology used a cross-sectional design. The population consisted of 115 students; the sample was selected using an accidental sampling technique, comprising 76 students. The results showed that 92.1% of students had received iron supplementation, 56.6% knew how to consume it, 25.7% of students spent the iron supplementation they received. In comparison, 74.3% did not spend the iron supplementation due to forgetting, laziness, nausea, and other reasons. Based on the results of the haemoglobin test, students with anemia were 55.3% and students with poor knowledge were 64.5%. The chi-square test found no relationship between knowledge and anemia status in female students, with a P value of 0.447 and OR 0.613. The high level of anemia in female students requires cooperation with various parties to increase knowledge about nutrition and how to consume iron supplementation.

Keyword: anemia, adolescent girl, knowledge

PENDAHULUAN

Anemia banyak ditemukan pada Wanita Usia Subur (WUS), hal ini disebabkan wanita usia subur mengalami menstruasi setiap bulannya. Anemia akan bertambah berat bila asupan zat besi dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari rendah. Penderita anemia gizi besi rentan terhadap penyakit karena daya tahan tubuhnya menurun. Remaja putri termasuk wanita usia subur yang banyak mengalami anemia gizi besi. Prevalensi anemia remaja pada wanita usia subur usia 15 tahun ke atas sebesar 22.7% (Dinas Kesehatan Republik Indonesia, 2013) dan meningkat menjadi 32% (Balitbangkes RI, 2018). Anemia pada remaja disebabkan oleh asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik.

Tingginya anemia pada remaja putri di Indonesia, WHO merekomendasikan untuk menurunkan prevalensi anemia pada wanita usia subur (WUS) sebesar 50% pada tahun 2025. Berdasarkan rekomendasi tersebut Kementerian Kesehatan melakukan intensifikasi pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS) dengan pemberian Tablet Tambah Darah (suplemen zat besi) melalui sekolah. Persentase remaja putri yang mendapatkan Tablet Tambah darah (suplemen zat besi) di DKI Jakarta 7,6% jauh lebih rendah dibandingkan Jawa Barat yaitu 21.8% (Kemenkes RI, 2022).

Basith, 2017 menyatakan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja adalah panjang siklus menstruasi ($P=0.004$), tingkat pendidikan orang tua (ibu) ($p=0.000$), dan tingkat pendapatan orang tua ($p=0.000$), panjang siklus menstruasi menyebabkan banyak darah yang dikeluarkan sedangkan pendidikan dan pendapatan mempengaruhi pemenuhan kebutuhan anak (Basith, Agustina and Diani, 2017). Listiana dalam penelitiannya tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja didapatkan hasil 60.8% dari 155 remaja putri mengalami anemia. Faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia pada remaja adalah pendapatan keluarga, pendidikan ibu, kebiasaan minum teh, pengetahuan, keadaan menstruasi serta asupan suplementasi zat besi (Listiana, 2016).

Pemberian edukasi tentang gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia dengan $p=0.000$ (Putra, Supadi and Wijaningsih, 2019). Penelitian lain yang dilakukan oleh Nasution di Lubuk Pakam menyatakan bahwa anemia pada remaja putri 39.7% sedangkan remaja dengan tingkat pengetahuan baik 47.4%. hasil penelitian ini juga menyimpulkan bahwa pengetahuan gizi yang baik dapat menurunkan kejadian anemia pada remaja putri sebesar 1,65 kali (Nasution, Nurhayati and Dwicahyu, 2020).

METODE

Pendekatan penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode *Cross sectional*, dimana variabel dependen dan independent dilakukan pengukuran dalam waktu yang bersamaan. Variabel dependen adalah status anemia pada remaja putri sedangkan variabel independent adalah pengetahuan remaja putri. Populasi sebanyak 115 siswi di SMA Trisoko, sampel diambil secara *non-probability sampling* dengan menggunakan Teknik *accidental sampling* didapatkan sebanyak 76 siswi. Kriteria responden penelitian ini adalah siswi kelas X, XI dan XII, mengisi kuesioner, mengikuti sesi penyuluhan serta bersedia dilakukan pengukuran TB, BB dan pemeriksaan Hb.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner, yang terdiri dari identitas, antropometri, biokimia dan pengetahuan. Kuesioner pengetahuan terdiri dari 17 pertanyaan yang telah dilakukan uji validitas dan realibilitas terhadap 30 responden dan dinyatakan valid. Pengukuran antropometri yang dilakukan adalah mengukur tinggi badan dan berat badan sedangkan pemeriksaan biokimia dilakukan pemeriksaan kadar Hb dengan menggunakan pemeriksaan Hemoglobin dengan Merk Nesco. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat dengan uji *Chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik di SMA Trisoko

Variable		Frekuensi	Persentase
Umur			
-	15 tahun	15	19.7
-	16 tahun	34	44.7
-	17 tahun	21	27.6
-	18 tahun	6	7.9
Kelas			
-	10	40	52.6
-	11	28	36.8
-	12	8	10.5
Body Mass Index (BMI)			
-	Normal	35	46.1
-	Tidak	41	53.9
Pernah dapat suplemen besi			
-	Ya	70	92.1
-	Tidak	6	7.9
Mengetahui kapan diminum Suplemen besi			
-	Ya	43	56.6
-	Tidak	33	43.4

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa usia responden terbanyak pada usia 16 tahun sebesar 44.7%, kelas 10 merupakan responden paling banyak, yaitu sebesar 52.6%. IMT responden sebagian besar tidak normal yaitu sebesar 53.9%. IMT yang tidak normal terdiri dari IMT lebih dan IMT kurang. IMT tidak normal pada remaja putri ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Harahap tahun 2019 bahwa 62% IMT pada remaja dalam kategori gemuk (Harahap *et al.*, 2019). Penelitian lain yang dilakukan oleh Paramudita di Bali bahwa IMT remaja berada pada kategori normal sebesar 79.63%. (Paramudita *et al.*, 2021) Mayoritas responden pernah mendapatkan suplemen zat besi sebelumnya, yaitu sebesar 92.1% dan responden yang mengetahui kapan suplemen zat besi diminum sebesar 56.6%. Responden mendapatkan suplemen zat besi dari tenaga kesehatan Puskesmas yang datang ke sekolah, petugas kesehatan memberikan suplemen zat besi keseluruh siswi, beberapa siswi tidak hadir pada saat pemberian suplemen zat besi karena sakit dll sehingga tidak mendapatkan suplemen zat besi. Program pemberian suplemen zat besi yang telah direkomendasikan oleh WHO untuk menurunkan prevalensi anemia menjadi 50% pada WUS tahun 2025 sehingga pemerintah melakukan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri di sekolah dengan pemberian suplementasi zat besi. Program ini sudah diterapkan di sekolah sehingga semua siswi di sekolah sudah mendapatkan suplemen Fe, namun untuk siswi yang tidak hadir pada hari tersebut tidak mendapatkan suplementasi tersebut. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yanti, 2022 bahwa output dari kegiatan pemberian suplemen zat besi belum sesuai karena masih ada remaja putri yang tidak mendapatkan suplemen zat besi. Seharusnya semua remaja putri mendapatkan suplemen zat besi tanpa alasan apapun termasuk tidak hadir pada hari tersebut. Suplemen zat besi bisa dititipkan di sekolah untuk siswi tersebut (Yanti and Anwar, 2022)

Mayoritas siswi yang mendapatkan suplemen zat besi tidak mengetahui cara mengonsumsinya disebabkan karena petugas kesehatan tidak memberitahu bagaimana cara mengonsumsinya. Petugas kesehatan hanya memberikan suplemen zat besi tanpa memberikan edukasi sehingga tidak tahu cara konsumsi dan enggan mengonsumsi suplemen zat besi tersebut tersebut.

Tabel 2.
Distribusi Responden yang Pernah Mendapatkan suplemen zat besi dan Alasan Tidak Mengonsumsinya.

Variable	Frekuensi	Persentase
Menghabiskan suplemen zat besi		
- Ya		
- Tidak	18	25.7
	52	74.3
Alasan tidak menghabiskan suplemen zat besi		
- Lupa		
- Malas	32	45.7
- Mual	7	10.0
- Lainnya	16	22.9
	15	21.4

Penelitian menunjukkan bahwa responden yang tidak menghabiskan suplemen zat besi yang diterima sebesar 74.3% dengan alasan terbanyak tidak menghabiskan suplemen zat besi karena lupa sebesar 45.7%. alasan terbesar kedua remaja tidak mengonsumsi suplemen zat besi karena adanya rasa mual setelah konsumsi suplemen zat besi sebesar 22.9%.

Ketidakpatuhan remaja putri dalam mengonsumsi suplemen zat besi yang disebabkan oleh efek samping, hal ini sesuai dengan penelitian (Kemenkes RI, 2020). Dukungan keluarga, tenaga kesehatan dan guru untuk mengonsumsi suplemen zat besi juga sangat berperan penting dalam kepatuhan remaja putri mengonsumsi suplemen zat besi (Fatmawati and Subagja, 2020). Kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi suplemen zat besi dipengaruhi oleh model pemberian suplemen tablet besi. Model pemberdayaan guru UKS/olah raga di sekolah yang mengelola suplemen besi yang didistribusikan oleh puskesmas kemudian diberikan kepada siswi setiap minggu 1 tablet dan harus dikonsumsi bersama-sama di sekolah. Model ini lebih efektif jika dibandingkan dengan dengan model pemberian suplemen besi dengan memberikan satu tablet/minggu namun tidak diwajibkan dikonsumsi di sekolah/boleh dibawa pulang dan model pemberian suplemen besi langsung oleh pihak puskesmas tanpa pemberdayaan guru sekolah, sehingga suplemen besi langsung diberikan kepada siswa dalam periode lebih dari 1 bulan tanpa pengawasan pihak puskesmas ataupun guru (Widiastutia Anita, Musdalifah Ulfah, 2020)

Pada siswi SMA Trisoko yang digunakan adalah model tanpa pemberdayaan guru, namun

pihak puskesmas langsung memberikan suplemen besi kepada siswi tanpa melibatkan pemberdayaan guru sekolah sehingga siswi tidak mendapatkan dukungan dari keluarga, tenaga kesehatan dan guru. Guru hanya memfasilitasi tenaga kesehatan yang datang ke sekolah dari segi penyediaan waktu saja, tanpa melakukan tindak lanjut dari kegiatan tersebut, seperti mengingatkan siswi untuk mengonsumsi suplemen zat besi yang didapatnya. Oleh sebab itu mayoritas siswa tidak menghabiskan suplemen besi yang diberikan dengan berbagai alasan.

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Anemia di SMA Trisoko

Variable	Frekuensi	Persentase
Status Anemia		
- Normal	34	44.7
- Anemia	42	55.3

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami anemia sebesar 55.3% dan yang tidak anemia sebesar 44.7%. Hasil penelitian ini lebih tinggi dibandingkan hasil Riskesdas, 2018 yang menyatakan prevalensi anemia pada remaja usia 15 tahun ke atas adalah 32%. (Laksmi and Yenie, 2018) juga menyatakan bahwa prevalensi anemia remaja sebesar 62.8%. tingginya prevalensi anemia ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti menstruasi yang dialami remaja putri setiap bulan, tidak konsumsi suplemen besi 1 tablet/minggu, kebiasaan tidak sarapan dan konsumsi makanan rendah Fe.

Tabel 4.
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Tentang Anemia di SMA Trisoko

Variable	Frekuensi	Persentase
Pengetahuan		
- Cukup	27	35.5
- Kurang	49	64.5

Didapatkan hasil penelitian bahwa mayoritas responden dengan pengetahuan kurang sebesar 64.5% dan pengetahuan cukup sebesar 35.5%. Hal ini sesuai dengan penelitian (Laksmi and Yenie, 2018) bahwa 53.1% responden memiliki pengetahuan kurang tentang anemia. Penelitian lain yang dilakukan oleh Nurjanah, bahwa 61.9% remaja memiliki pengetahuan kurang. Pengetahuan ini meliputi pedoman mengonsumsi suplemen zat besi yang baik dan benar, serta manfaat yang didapat dari konsumsi suplementasi zat besi. Pengetahuan

merupakan proses penginderaan seseorang tentang suatu hal sehingga hasilnya akan berbeda-beda pada setiap orang. Sehingga semakin baik pengetahuan seseorang akan membentuk perilaku yang didasari oleh pengetahuannya (Nurjanah and Azinar, 2023).

Pengetahuan tentang gizi yang baik dapat menurunkan kejadian anemia pada remaja hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasution et al., 2020). Mularsih, 2017 juga menyatakan bahwa pengetahuan remaja putri tentang anemia akan memicu perilaku dalam pencegahan anemia seperti mengonsumsi makanan kaya zat besi, mau mengonsumsi suplemen zat besi dan mengetahui cara mengonsumsi dengan tepat. (Mularsih, 2017; Nasution, Nurhayati and Dwicahyu, 2020).

Tabel 5.
Distribusi Pengetahuan Responden terhadap Status Anemia

Pengetahuan	Status Anemia				Total		OR (95%CI)	P Value
	Normal		Anemia					
	n	%	n	%	n	%		
Cukup	10	37	17	63	27	100	0.613	0.447
Kurang	24	49	25	51	49	100		

Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* bahwa responden dengan pengetahuan cukup memiliki status anemia sebanyak 63% sedangkan responden dengan pengetahuan kurang memiliki status anemia sebesar 51%. Hasil uji statistik diperoleh nilai P value

0.447 maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan pengetahuan dengan status anemia. Hasil penelitian ini tidak cukup memberikan bukti bahwa ada hubungan pengetahuan dengan status anemia.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Satriani, 2019 bahwa penyebab anemia pada remaja putri adalah pendapatan keluarga dan jumlah anggota keluarga. Faktor lainnya yang dapat menyebabkan anemia pada remaja putri adalah pola menstruasi, pola makan yang kurang baik, infeksi cacingan, kebiasaan minum teh dan kopi setelah makan, durasi tidur, kurangnya asupan vitamin C dan faktor ekonomi (Satriani, Hadju and Nilawati, 2019; Elisa, Oktafany and Oktarlina, 2023).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penyebab anemia pada remaja, walaupun remaja putri memiliki pengetahuan baik, namun jika pendapatan keluarga rendah, kebiasaan makan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi, kebiasaan minum teh dan kopi setelah makan maka hal ini dapat menyebabkan anemia pada remaja putri.

KESIMPULAN

Karakteristik responden berdasarkan usia paling banyak berusia 16 tahun, mayoritas berada pada kelas 10, dengan IMT tidak normal. Responden mayoritas pernah mendapatkan suplemen zat besi dan mengetahui kapan suplemen zat besi dikonsumsi. Mayoritas responden yang pernah mendapatkan suplementasi zat besi tidak menghabiskannya alasan terbanyak adalah lupa, mual dan lainnya. Berdasarkan status anemia, mayoritas remaja putri menderita anemia dan memiliki pengetahuan kurang tentang gizi dan anemia. Tidak ada hubungan status anemia pada remaja putri terhadap pengetahuannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. LPPM Universitas MH. Thamrin yang telah memberikan dana hibah penelitian internal.
2. SMA Trisoko yang telah memberi kesempatan sebagai tempat pengumpulan data penelitian.

REFERENSI

- Balitbangkes RI (2018) 'Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf', *Lembara Penerbit Balitbangkes* [Preprint].
- Basith, A., Agustina, R. and Diani, N. (2017) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri', *Dunia Keperawatan*, 5(1), p. 1. Available at: <https://doi.org/10.20527/dk.v5i1.3634>.
- Dinas Kesehatan Republik Indonesia (2013) 'Riset Kesehatan Dasar', *Diabetes Mellitus*, pp. 87–90. Available at: <https://doi.org/10.20527/dk.v5i1.3634> Desember 2013.
- Elisa, S., Oktafany and Oktarlina, R.Z. (2023) 'Faktor penyebab kejadian anemia pada remaja putri', *Agromedicine*, pp. 145–148. Available at: <https://doi.org/10.36053/mesencephal>.
- Fatmawati, A. and Subagja, C.A. (2020) 'Analisis faktor kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi pada remaja putri', *Jurnal Keperawatan*, 12(3), pp. 363–370.
- Harahap, A.P. *et al.* (2019) 'Hubungan indeks massa tubuh dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 14 Mataram', 3(1), pp. 33–36.
- Kemkes RI (2020) 'Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19', *Kemkes RI*, p. 22. Available at: <http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>.
- Kemkes RI (2022) *Profil Kesehatan Indonesia 2021*, *Pusdatin.Kemkes.Go.Id.*
- Laksmi, S. and Yenie, H. (2018) 'Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), p. 104. Available at: <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1016>.
- Listiana, A. (2016) 'Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Gizi

- Besi pada Remaja Putri di SMKN 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah', *Jurnal Kesehatan*, 7(3), p. 455. Available at: <https://doi.org/10.26630/jk.v7i3.230>.
- Mularsih, S. (2017) 'Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi Di Smk Nusa Bhakti Kota Semarang', *Jurnal Kebidanan*, 6(2), p. 80. Available at: <https://doi.org/10.26714/jk.6.2.2017.80-85>.
- Nasution, Z., Nurhayati, I. and Dwicahyu, A.I. (2020) 'Faktor Determinan Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Lubukpakam', *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 15(1), pp. 140–145. Available at: <https://doi.org/10.36911/pannmed.v15i1.666>.
- Nurjanah, A. and Azinar, M. (2023) 'HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Sekolah Percontohan Kesehatan', 7(2), pp. 244–254.
- Paramudita, P.U. *et al.* (2021) 'HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN STATUS ANEMIA', *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1), pp. 98–102.
- Putra, R.W.H., Supadi, J. and Wijaningsih, W. (2019) 'the Effect of Nutrition Education on Knowledge and Attitude About Anemia in Adolescent', *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), pp. 75–78.
- Satriani, S.S., Hadju, V.H. and Nilawati, A.N. (2019) 'Hubungan Faktor Pendidikan Dan Faktor Ekonomi Orang Tua Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Usia 12-18 Tahun Di *Jurnal JKFT*, 4(2). Available at: <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jkft/article/viewFile/2522/1507>.
- Widiastutia Anita, Musdalifah Ulfah, Z.F. (2020) 'MODEL IMPLEMENTASI PEMBERIAN TABLET TAMBAH DARAH', 6(1), pp. 17–22. Available at: <https://doi.org/10.31983/link.v16i1.5655>.
- Yanti, M.R. and Anwar, S. (2022) 'Peran Lintas Sektor Dalam Pengawasan Pemberian Tablet Tambah Darah Fe Bagi Remaja Putri Di Kecamatan Simpang Jaya Kabupaten Nagan Raya', *Jurnal Biology Education*, 10(2), pp. 33–44. Available at: <https://doi.org/10.32672/jbe.v10i1.4233>.