

## HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMAN 1 PANGKALAN KERINCI KABUPATEN PELALAWAN TAHUN 2019

**Fitri Apriyanti**

Kebidanan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Email: v3\_apriyanti@yahoo.co.id

### ABSTRAK

Remaja putri lebih rentan terkena anemia karena remaja berada pada masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi. Prevalensi anemia di antara anak umur 5-12 di Indonesia adalah 26%, pada wanita umur 13-18 yaitu 23%. Di Provinsi Riau, prevalensi yang mengalami anemia yaitu 25,1% dan 19,4% berada pada usia 15-24 tahun. Dampak anemia pada remaja putri yaitu pertumbuhan terhambat, mudah terinfeksi, mengakibatkan kebugaran atau kesegaran tubuh berkurang, semangat belajar atau prestasi menurun. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan tahun 2019. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Jumlah sampel 70 responden dengan menggunakan teknik *stratified random sampling*. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji *chi square*. Hasil penelitian didapatkan ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan ( $p$  value= 0,011). Bagi pihak sekolah agar dapat bekerja sama dengan Dinas Kesehatan diwakili Puskesmas untuk mengaktifkan kembali UKS (Usaha Kesehatan dan Sekolah) dan PIKR (Pusat Informasi dan Konseling Remaja). Serta menghidupkan kembali program PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) dengan intensitas yang lebih sering.

**Kata Kunci** : Status Gizi dan Anemia

### PENDAHULUAN

Anemia yaitu suatu keadaan dimana kadar *Hemoglobin* (Hb) di dalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin, pada wanita remaja hemoglobin normal adalah 12-15 g/dl dan pria remaja 13-17 g/dl (Adriani, 2017).

*World Health Organization* (WHO) (2017) menyebutkan anemia adalah suatu kondisi jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis seseorang bervariasi berdasarkan usia, jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok dan tahap kehamilan. Penyebab anemia umumnya karena kekurangan pengetahuan tentang anemia, kekurangan zat besi, asam folat, vitamin B12 dan

vitamin A. Peradangan akut dan kronis, infeksi parasit, kelainan bawaan yang mempengaruhi sintesis hemoglobin, kekurangan produksi sel darah merah dapat menyebabkan anemia (Siska, 2017).

Anemia merupakan kelanjutan dampak kekurangan zat gizi makro yaitu karbohidrat, protein, lemak dan kurang zat gizi mikro yaitu vitamin dan mineral. Dampak anemia pada remaja putri yaitu pertumbuhan terhambat, tubuh pada masa pertumbuhan mudah terinfeksi, mengakibatkan kebugaran atau kesegaran tubuh berkurang, semangat belajar atau prestasi menurun. Dampak rendahnya status besi (Fe) dapat mengakibatkan anemia dengan gejala pucat, lesu atau lelah, sesak nafas dan kurang nafsu makan

serta gangguan pertumbuhan (Barasi, 2009).

*World Health Organization* (WHO) dalam *worldwide prevalence of anemia* tahun 2015 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%. Di Asia Tenggara, 25-40% remaja putri mengalami kejadian anemia tingkat ringan dan berat. Jumlah penduduk usia remaja (10-19 tahun) di Indonesia sebesar 26,2% yang terdiri dari 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017, prevalensi anemia di antara anak umur 5-12 di Indonesia adalah 26%, pada wanita umur 13-18 yaitu 23%. Prevalensi anemia pada pria lebih rendah dibanding wanita yaitu 17% pada pria berusia 13-18 tahun (Kemenkes, 2018). Sejalan dengan survei kesehatan rumah (SKRT) tahun 2016, menyatakan prevalensi anemia pada remaja putri usia 15-20 tahun ialah 57,1%. Di Provinsi Riau, prevalensi yang mengalami anemia yaitu 25,1% dan 19,4% berada pada usia 15-24 tahun. Angka kejadian anemia pada perempuan 18,1% dan laki-laki 7% (Natalia, 2018).

Beberapa dampak langsung yang terjadi pada remaja putri yang terkena anemia adalah sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai dan juga berdampak jangka panjang karena perempuan nantinya akan hamil dan memiliki anak, pada masa hamil remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya saat hamil karena masa hamil membutuhkan gizi yang lebih banyak lagi, jika tidak ditanganinya maka akan berdampak buruk pada ibu dan bayinya (Sandra, 2017).

SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan merupakan salah satu sekolah negeri di Kecamatan Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan penulis di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan dengan cara

menyebarkan kuesioner, pengecekan IMT (Indeks Massa Tubuh) kepada siswi SMAN 1 Pangkalan Kerinci kelas II dan III berjumlah 20 orang terdapat 7 siswi berstatus gizi normal dan 13 siswi tidak berstatus gizi normal dan siswi mengalami anemia 15 dan 5 siswi tidak mengalami anemia.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan tahun 2019.

## METODOE PENELITIAN

Pada penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik. Lokasi penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan. Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 26- 27 Agustus tahun 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan yang berjumlah sebanyak 237 orang.

Teknik ini peneliti menggunakan teknik *Stratified Random Sampling* yaitu pengambilan sampel dengan memperhatikan strata (tingkatan) dalam populasi (Setiawan, 2011).

## HASIL PENELITIAN

### Analisa Univariat

**Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Status Gizi Remaja Putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan**

No	Status Gizi	Frekuensi	Presentase (%)
1	Tidak Normal	38	54,3
2	Normal	32	45,7
Jumlah		70	100

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa mayoritas responden memiliki status gizi tidak normal sebanyak 38 responden (54,3%) dan yang lainnya memiliki status gizi normal sebanyak 32 responden (45,7%).

**Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Remaja Putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan**

No	Kejadian Anemia	Frekuensi	Presentase (%)
1	Anemia	41	58,6
2	Tidak Anemia	29	41,4
Jumlah		70	100

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa mayoritas responden mengalami anemia sebanyak 41 responden (58,6%) dan yang lainnya tidak mengalami anemia sebanyak 29 responden (41,4%).

#### Analisa Bivariat

**Tabel 4.3. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan**

Status gizi	Kejadian Anemia				Total	p value
	Anemia		Tidak Anemia			
	f	%	f	%		
Tidak Normal	28	73,7	10	26,3	38	100
Normal	13	40,6	19	59,4	32	100
<b>Total</b>	41	58,6	29	41,4	70	100

Berdasarkan tabel 4.6 dapat dilihat bahwa dari 38 responden dengan status gizi tidak normal, 10 responden (26,3%) tidak mengalami anemia. Sedangkan dari 32 responden dengan status gizi normal, terdapat 13 responden (40,6%) yang mengalami anemia.

Berdasarkan uji statistik *chi square*, diperoleh *p value* = 0,011 artinya *p value* kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwaterdapathubunganantara status gizi dengan kejadian anemia remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan.

#### PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 4.6 dapat dilihat bahwa dari 38 responden dengan status gizi tidak normal, 10 responden (26,3%) tidak mengalami anemia. Sedangkan dari 32 responden dengan status gizi normal, terdapat 13 responden (40,6%) yang mengalami anemia. Berdasarkan uji statistik *chi square*, diperoleh *p value* = 0,011 artinya *p value* kecil dari 0,05. Hal

ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan.

Hasil penelitian bahwa dari 32 remaja dengan status gizi normal, masih terdapat 13 remaja (40,6%) yang mengalami anemia. Hal ini disebabkan karena pada saat pengambilan sampel darah, 1 orang remaja perempuan dengan kadar hemoglobin rendah sedang mengalami haid, 5 orang remaja memiliki pengetahuan yang kurang dan riwayat menstruasi yang tidak normal, 4 orang remaja memiliki riwayat menstruasi yang tidak normal, 3 orang remaja memiliki pengetahuan yang kurang.

Dari 38 responden dengan status gizi tidak normal, terdapat 10 responden (26,3%) yang tidak anemia disebabkan karena 4 orang remaja memiliki riwayat menstruasi normal dan pengetahuan yang baik, 1 orang remaja memiliki riwayat menstruasi normal, 5 orang remaja memiliki pengetahuan yang baik.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan (*p value* = 0,002).
2. Ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan (*p value* = 0,011).
3. Ada hubungan riwayat menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan (*p value* = 0,013).

#### DAFTAR PUSTAKA

Adriani.(2017). *Faktor-Faktor Anemia pada Remaja Putri*. Surakarta. Diakses pada 22 mei 2019.

- Barasi. (2016). *Dampak Anemia pada Remaja Putri*. Jayapura: In Media Kemenkes, 2018. *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017: Kesehatan Reproduksi Remaja*. Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional, Badan Pusat Statistik, Kementerian Kesehatan. Diakses Melalui <https://e-koren.bkkbn.go.id/wp-content/uploads/2018/10/laporan-sdki-2017-remaja.pdf>
- Natalia.(2018). *Kelainan Darah*. Yogyakarta. Nuha Medika
- Sandra. (2017). *Gizi Anak dan Remaja*. Depok: Rajawali Pers.
- Setiawan.(2011). *Faktor yang Berhubungan dengan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri*. Yogyakarta. Diakses pada 5 April 2019
- Siska. (2017) *.Faktor yang Berhubungan dengan Anemia Pada Remaja Putri*. Jakarta. Diakses pada 26 April 2019