

## HUBUNGAN PENGETAHUAN, LAMA MENSTRUASI DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 2 SEMENDAWAI BARAT KABUPATEN OKU TIMUR TAHUN 2024

Ajiyensi<sup>1\*</sup>, Eka Afrika<sup>2</sup>, Arie Anggraini<sup>3</sup>, Rizki Amalia<sup>4</sup>

Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Universitas Kader Bangsa<sup>1,2,3,4</sup>

\*Corresponding Author : yensi22022001@gmail.com

### ABSTRAK

Anemia merupakan berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau massa hemoglobin sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen keseluruh jaringan. Dampak anemia pada remaja putri diantaranya menurunnya kesehatan reproduksi Terhambatnya perkembangan motorik, mental dan kecerdasan menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar. Kejadian anemia dapat disebabkan dari pengetahuan, lama menstruasi dan status gizi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan, lama menstruasi, dan status gizi pada remaja putri terhadap kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024. Metode penelitian ini bersifat survey analitik kuantitatif dengan desain pendekatan *cross sectional* (potong lintang) yaitu rancangan penelitian dengan melakukan pengamatan pada saat bersamaan. Pengambilan sampel menggunakan metode *Proportional Random Sampling*. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Data dianalisis dengan uji *chi-square* diperoleh nilai  $p\text{ value} = 0,001 < 0,05$ , terlihat ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia. Hasil uji *chi-square* untuk lama menstruasi yaitu  $p\text{ value} = 0,033 < 0,05$ , artinya ada hubungan antara lama menstruasi terhadap kejadian anemia. Dan hasil uji statistik *chi-square* status gizi dengan nilai  $p\text{ value} = 0,003 < 0,05$  artinya ada hubungan antara status gizi terhadap kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat. Diharapkan dari hasil penelitian ini menjadi gambaran bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi penyuluhan mengenai faktor risiko kejadian anemia dan pemberian rutin tablet tambah darah.

**Kata kunci** : kejadian anemia, lama menstruasi, pengetahuan, status gizi

### ABSTRACT

Anemia is a reduction in red blood cells (erythrocytes) in the blood circulation or hemoglobin mass so that it is unable to fulfill its function as an oxygen carrier to all tissues. The incidence of anemia can be caused by knowledge, length of menstruation and nutritional status. The purpose of this study is to determine the relationship between knowledge, menstrual duration, and nutritional status in adolescent girls to the incidence of anemia at SMA N 2 Semendawai Barat, East OKU Regency in 2024. This research method is a quantitative analytical survey with a cross sectional approach design, which is a research design by making observations at the same time. Sampling was done using the Proportional Random Sampling method. The data used in this study is primary data. The data was analyzed by the chi-square test and obtained a  $p\text{ value} = 0.001 < 0.05$ , it was seen that there was a relationship between knowledge and the incidence of anemia. The result of the chi-square test for menstrual length is  $p\text{ value} = 0.033 < 0.05$ , meaning that there is a relationship between menstrual length and the incidence of anemia. And the results of the chi-square statistical test of nutritional status with a value of  $p\text{ value} = 0.003 < 0.05$  mean that there is a relationship between nutritional status and the incidence of anemia at SMA N 2 Semendawai Barat. It is hoped that the results of this study will be an overview for health workers in providing counseling education about risk factors for anemia and routine administration of blood supplement tablets.

**Keywords** : incidence of anemia, knowledge, length of menstruation, and nutritional status

### PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) dalam *world health statistics* pada tahun 2021 prevalensi anemia pada remaja putri berkisar sebesar 27.2 %, tahun 2022 sebesar 28.9 %, dan

pada tahun 2023 berkisar sebesar 30%. Sehingga dapat disimpulkan ada sedikit peningkatan untuk tidak terjadi anemia pada remaja. Namun, tingkat keberhasilan penurunan kejadian anemia pada remaja masih sangat jauh bahkan tidak mencapai 50%. Hal ini menyebabkan anemia masih menjadi masalah kesehatan utama pada remaja khususnya remaja putri di dunia (WHO, 2023). Tujuan Penelitian data Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas) prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 29,9%, pada tahun 2022 sebesar 31,3%, dan pada tahun 2023 sebesar 32,4% (Riskesdas, 2023). Upaya penanggulangan anemia remaja di Indonesia memiliki tiga strategi, yaitu suplementasi besi, pendidikan gizi dan fortifikasi pangan. Program suplementasi yang dilakukan pemerintah adalah Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) dengan sasaran kelompok anak sekolah menengah. Program bagi remaja putri dilakukan melalui promosi dan kampanye melalui sekolah secara mandiri dengan cara suplementasi zat besi dosis 1 tablet seminggu sekali minimal selama 16 minggu, dan dianjurkan minum 1 tablet setiap hari selama masa haid (Sriwani et al., 2023).

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan tahun 2021 jumlah remaja putri yang mengalami anemia mencapai 57,1%, tahun 2022 berkisar sebesar 60%, dan pada tahun 2023 berkisar sebesar 68,8%. Berdasarkan Dinkes Provinsi Sumatera Selatan tahun 2023 anemia pada remaja putri yang berada di Kota Palembang sudah mengalami peningkatan yang signifikan (Dinkes Provinsi Sumatera Selatan, 2023). Berdasarkan data yang didapatkan dari profil Puskesmas Betung tahun 2021 jumlah remaja putri yang mengalami anemia mencapai 38,3%, tahun 2022 jumlah remaja putri yang mengalami anemia mengalami penurunan menjadi 34,9 %, dan pada tahun 2023 jumlah remaja putri yang mengalami anemia meningkat menjadi 42,4% (Profil Puskesmas Betung, 2023). Anemia merupakan kondisi dimana jumlah sel darah merah lebih rendah dari jumlah normal. Anemia bisa terjadi jika sel – sel darah merah tidak mengandung cukup hemoglobin. Hemoglobin (Hb) adalah metaloprotein (protein yang mengandung zat besi) di dalam sel darah merah yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru ke seluruh tubuh. Pada umumnya kadar hemoglobin normal pada laki-laki yaitu 14-16 gr/dl sedangkan pada wanita 12-15 gr/dl (Nofianti et al., 2021).

Remaja dikategorikan rentan dalam masalah gizi. Pertama, percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh memerlukan energi dan zat gizi yang lebih banyak. Kedua, perubahan gaya hidup dan kebiasaan pangan menuntut penyesuaian asupan energi dan zat gizi. Ketiga, kehamilan, keikutsertaan dalam olah raga, kecanduan alkohol dan obat, meningkatkan kebutuhan energi dan zat gizi lainnya. Tingginya prevalensi anemia pada remaja putri antara lain disebabkan karena kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi yang tidak cukup, penyerapan yang tidak adekuat, dan peningkatan kebutuhan akan zat besi untuk pembentukan sel darah merah yang lazim berlangsung pada masa pertumbuhan bayi, masa pubertas, masa kehamilan, dan menyusui (Sab'ngatun & Riawati, 2021). Salah satu tanda utama dari anemia adalah pucat. Keadaan ini umumnya diakibatkan kurangnya volume darah, berkurangnya hemoglobin, dan terjadi vasokonstriksi pada pembuluh darah untuk memaksimalkan pengiriman oksigen. Takikardi dan bising jantung juga merupakan gejala anemia yang mencerminkan adanya peningkatan beban kerja jantung dan curah jantung. Gejala-gejala lain dari anemia juga meliputi lemah, letih, lesu, sakit kepala pusing, dan mata berkunang-kunang. Pada anemia yang berat, dapat timbul letargi, konfusi, serta komplikasi seperti gagal jantung, aritmia, infark miokard, dan angina (Kusnadi, 2021).

Dampak anemia pada remaja putri diantaranya menurunnya kesehatan reproduksi. Terhambatnya perkembangan motorik, mental dan kecerdasan menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar. Mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak mencapai optimal. Menurunkan fisik olahraga serta tingkat kebugaran mengakibatkan muka pucat. Terhambatnya pertumbuhan, pada masa pertumbuhan tubuh mudah terinfeksi, kebugaran/ kesegaran tubuh menurun, belajar/ prestasi menurun, calon ibu yang berisiko saat kehamilan dan melahirkan,

saat melahirkan akan terjadi perdarahan bahkan kematian (Sriwani et al., 2023). Upaya yang dilakukan untuk membantu program yang telah ditetapkan oleh pemerintah Indonesia. Pemberian Tablet Tambah Darah ini bertujuan yang pertama untuk menjalankan program pemerintah tentang pemberian Tablet Tambah Darah pada remaja putri dan untuk mengurangi kejadian anemia pada remaja putri saat menstruasi agar tidak mengganggu saat proses pembelajaran berlangsung dikarenakan saat menstruasi banyak remaja putri yang merasakan lesu, lemes, nyeri dan mengurangi konsentrasi saat belajar (Indrawatiningsih et al., 2021).

Tingkat pengetahuan pada remaja putri dapat mempengaruhi terjadinya anemia, karena pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku dan pola hidup serta asupan zat gizi. Kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda – tanda, dampak, dan pencegahannya akan mengakibatkan asupan zat gizi yang mengandung zat besi, protein dan vitamin C yang sedikit sehingga asupan zat gizi pada remaja tidak dapat terpenuhi (Suryani et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Suryani(2020) pada uji Chi Square nilai  $p=0,000$  ( $p \text{ value} \leq 0,05$ ), maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 6 Palu (Suryani et al., 2020). Menstruasi yang dialami oleh remaja putri setiap bulan merupakan salah satu faktor penyebab anemia. Menstruasi pada remaja putri memberikan beban ganda pada tubuhnya, karena disamping mengalami pertumbuhan yang pesat remaja mengeluarkan darah setiap bulan. Keluarnya darah dari tubuh remaja putrisaat menstruasi mengakibatkan hemoglobin yang terkandung dalam sel darah merah juga ikut terbuang, sehingga cadangan zat besi dalam tubuh berkurang. Berkurangnya cadangan zat besi dalam tubuh ini dapat mengakibatkan anemia. Salah satu faktor pemicu anemia adalah kondisi siklus menstruasi yang tidak normal. Kehilangan banyak darah saat menstruasi diduga dapat menyebabkan anemia (Qomarasari & Mufidaturrosida, 2022).

Pada penelitian yang dilakukan Qomarasari (2022) didapatkan hasil dari analisis bivariat menunjukkan hubungan yang signifikan antara lama menstruasi yang tidak normal dengan kejadian anemia ( $p = 0,013$ ,  $p\text{-value} < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa kehilangan darah yang berlebihan selama menstruasi dapat menjadi salah satu pemicu utama anemia pada remaja putri (Qomarasari & Mufidaturrosida, 2022). Kekurangan gizi pada remaja terjadi akibat pembatasan konsumsi makanan dengan tidak memperhatikan kaidah gizi dan kesehatan sehingga asupan gizi secara kuantitas dan kualitas tidak sesuai dengan angka kecukupan gizi yang di anjurkan pembatasan ini dipengaruhi oleh ketidakpuasan body image. Ketidakpuasan pada remaja putri dengan menganggap tubuh gemuk ini membuat remaja melakukan upaya penurunan berat badan dengan pola yang salah sehingga hal tersebut akan mempengaruhi status gizi (Husnah et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan husnah (2023) tentang hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia ini dilakukan dengan menggunakan rumus Chi square, didapatkan  $p$  value sebesar 0,01 pada taraf signifikan 0,05. Karena  $p\text{-value} < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pulau Panjang (Husnah et al., 2023). Pekerjaan orang tua berdampak langsung pada penghasilan dan kebutuhan keluarga. Hal ini memengaruhi perilaku makan remaja karena dipengaruhi oleh pekerjaan orang tua. Peran orang tua sangat penting, terutama ibu yang harus memahami makanan bergizi dan seimbang untuk keluarga. Jenis makanan yang dikonsumsi remaja juga bergantung pada anggaran keluarga untuk belanja makanan (Indrawatiningsih et al., 2021).

Hasil uji statistik yang dilakukan Indrawati diperoleh nilai  $p = 0,012$ , maka dapat disimpulkan bahwa secara statistik pada alfa 0,05 ada hubungan yang signifikan antara pendapatan orang tua dengan status anemia pada remaja putri di Desa Sidomakmur Wilayah Puskesmas Gumawang Kabupaten OKU Timur Tahun 2020 (Indrawatiningsih et al., 2021). Pada penelitian Mery (2024) didapatkan hasil analisa data bivariat uji chi-square didapatkan  $p \text{ value} = 0,004$   $\alpha = 0,05$ , jadi  $p > \alpha$  sebesar  $0,004 > 0,05$  berarti ada hubungan antara konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri (Mery Krista Simamora, 2024).

Berdasarkan data maka saya melakukan penelitian yang berjudul: “Hubungan Pengetahuan, Lama Menstruasi, dan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024”. Sehingga tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan, lama menstruasi, dan status gizi secara simultan pada remaja putri terhadap kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024.

## METODE

Penelitian ini bersifat survey analitik kuantitatif dengan desain pendekatan *cross sectional* (potong lintang). Populasi dalam penelitian ini adalah siswi remaja putri kelas X, XI, dan XII yang berjumlah 233 orang di SMA N 2 Semendawai Barat Tahun 2024. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi remaja putri kelas X, XI, dan XII di SMAN 2 Semendawai Barat Tahun 2024. Sampel penelitian ini menggunakan rumus Slovin. Teknik pengambilan sampel dengan metode *Proportional Random Sampling* yaitu dengan cara undian. Sumber data dari penelitian ini menggunakan data primer. Data primer adalah sumber data penelitian secara langsung dari sumber serta tidak melalui perantara. Instrumen penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini adalah penimbangan dan pengukuran tinggi badan, kuesioner, dan easy touch atau Hb digital.

## HASIL

### Analisis Univariat Variabel Dependen Kejadian Anemia

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarkan Kejadian Anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024**

Kejadian Anemia	Frequency	Presentase(%)
Anemia	38	54,3
Tidak Anemia	32	45,7
<b>Jumlah</b>	<b>70</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa dari 70 responden, yang mengalami kejadian anemia sebanyak 38 responden (54,3%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 32 responden (45,7%).

### Variabel Independen Pengetahuan

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarkan Pengetahuan di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024**

Pengetahuan	Frequency	Presentase(%)
Kurang	36	51,4
Baik	34	48,6
<b>Jumlah</b>	<b>70</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa dari 70 responden yang mengalami pengetahuan Kurang sebanyak 36 responden (51,4%). Dan responden yang mengalami pengetahuan Baik sebanyak 34 responden (48,6%).

## Lama Menstruasi

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarkan Lama Menstruasi di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024**

Lama Menstruasi	Frequency	Presentase(%)
Tidak Normal	38	54,3
Normal	32	45,7
<b>Jumlah</b>	<b>70</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa dari 70 responden yang mengalami Lama Menstruasi Tidak Normal sebanyak 38 responden (54,3%). Dan responden yang mengalami Lama Menstruasi Normal sebanyak 32 responden (45,7%).

## Status Gizi

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarkan Status Gizi di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024**

Status Gizi	Frequency	Presentase(%)
Tidak Normal	37	52,9
Normal	33	47,1
<b>Jumlah</b>	<b>70</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4, menunjukkan bahwa dari total 470 responden, Remaja putri yang mengalami Status Gizi Tidak Normal sebanyak 37 responden (52,9%) dan yang mengalami Status Gizi Normal sebanyak 33 responden (47,1%).

## Analisis Bivariat

### Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Anemia

**Tabel 5. Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024**

Kabupaten OKC Tual Tual 2024									
No	Pengetahuan	Kejadian Anemia				Total		P Value	OR
		Anemia		Tidak Anemia					
		n	%	n	%	n	%		
1.	Kurang	25	69,4	11	30,6	36	100	0,017	3,671
2.	Baik	13	38,2	21	61,8	34	100		
Total		38		32		70			

Dari tabel 5, dari 70 responden siswi remaja putri, dengan pengetahuan yang kurang sebanyak 36 responden. Pada pengetahuan yang kurang dan mengalami anemia berjumlah 25 responden (69,4%) dan pengetahuan kurang tetapi tidak anemia berjumlah 11 responden (30,6%) sedangkan dari 34 responden siswi remaja dengan pengetahuan yang baik tetapi mengalami anemia berjumlah 13 responden (38,2%) dan yang tidak mengalami anemia berjumlah 21 responden (61,8%). Berdasarkan hasil statistik uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* = 0,017 < 0,05, sehingga dapat disimpulkan terdapat ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024.

### Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia

Berdasarkan tabel 6, dari 70 responden siswi remaja, dengan lama menstruasi yang tidak normal sebanyak 38 responden. Pada lama menstruasi yang tidak normal, tetapi mengalami anemia berjumlah 27 responden (71,1%) dan yang tidak mengalami anemia berjumlah 11 responden (28,9%) sedangkan dari 32 responden dengan lama menstruasi yang normal, tetapi



mengalami anemia berjumlah 11 responden (34,4%) dan yang tidak mengalami anemia berjumlah 21 responden (65,6%). Berdasarkan hasil statistik uji *chi-square* diperoleh nilai  $p\text{ value} = 0,005 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan terdapat ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024.

**Tabel 6. Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024**

No	Lama Menstruasi	Kejadian Anemia				Total		P Value	OR
		Anemia		Tidak Anemia					
		n	%	n	%	n	%		
1.	Tidak Normal	27	71,1	11	28,9	38	100	0,005	4,686
2.	Normal	11	34,4	21	65,6	32	100		
Total		38		32		70			

### Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia

**Tabel 7. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024**

Kabupaten OKS Tumbuh Tumbuh 2024									
No	Status Gizi	Kejadian Anemia				Total		P Value	OR
		Anemia		Tidak Anemia					
		n	%	n	%	n	%		
1.	Tidak Normal	29	78,4	8	21,6	37	100	0,000	9,667
2.	Normal	9	27,3	24	72,7	33	100		
Total		38		32		70			

Berdasarkan tabel 7, dari 70 responden siswi remaja, yang mengalami status gizi tidak normal sebanyak 37 responden dengan yang mengalami anemia sebanyak 29 responden (78,4%) dan yang tidak mengalami anemia berjumlah 8 responden (21,6%) sedangkan dari 33 responden yang status gizi normal, tetapi mengalami anemia berjumlah 9 responden (27,3%) dan yang tidak mengalami anemia berjumlah 24 responden (72,7%). Berdasarkan hasil statistik uji *chi-square* didapatkan nilai  $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024.

### PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan secara univariat dan bivariat, variabel dependen (kejadian anemia) dan variabel independen (pengetahuan, lama menstruasi, dan status gizi) dan penelitian dilakukan di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024.

#### Kejadian Anemia

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa dari 70 responden, yang mengalami kejadian anemia sebanyak 38 responden (54,3%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 32 responden (45,7%). Anemia merupakan kondisi kesehatan yang terjadi karena kekurangan sel darah merah atau hemoglobin dibawah nilai normal. Untuk remaja putri, nilai hemoglobin yang normal berada pada angka 12 gr/dl. Seorang remaja putri dianggap mengalami anemia apabila

kadar hemoglobinnya  $<12$  gr/dl (Hamidiyah, 2020). Peneliti berasumsi bahwa remaja putri yang mengalami kejadian anemia berjumlah 38 responden sedangkan yang tidak mengalami kejadian anemia berjumlah 32 responden. Remaja putri mempunyai resiko sepuluh kali lebih besar terkena anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini disebabkan remaja putri setiap bulannya kekurangan darah yang disebabkan oleh lama menstruasi, ketidak seimbangan status gizi yang diperlukan tubuh contohnya mengkonsumsi makanan cepat saji juga mempengaruhi lamanya menstruasi, serta kurangnya pengetahuan remaja putri mengenai kejadian anemia.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa puskesmas sudah memberikan dan memaksimalkan dalam pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) ke siswi remaja putri secara rutin sesuai pelaksanaan program pemerintah. Namun, berdasarkan dari hasil asumsi peneliti didapatkan bahwa siswi remaja putri mengatakan tidak meminum Tablet Tambah Darah (TTD) tersebut karena mereka merasa mual ketika meminum Tablet Tambah Darah (TTD) dan mereka badan mereka tetap sehat tanpa meminum Tablet Tambah Darah (TTD). Sehingga perlu ditingkatkan kembali mengenai pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) ke siswi remaja putri agar tidak mengalami kejadian anemia.

### Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Anemia

Berdasarkan hasil statistik uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* =  $0,017 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan terdapat ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024. Peneliti berasumsi bahwa hasil pengetahuan remaja putri berjumlah 70 responden yang mengalami pengetahuan kurang berjumlah 36 responden yang mengalami pengetahuan baik berjumlah 34 responden. Pada pengetahuan yang kurang dan mengalami anemia berjumlah 25 responden (69,4%) dan pengetahuan kurang tetapi tidak anemia berjumlah 11 responden (30,6%) sedangkan dari 34 responden siswi remaja dengan pengetahuan yang baik tetapi mengalami anemia berjumlah 13 responden (38,2%) dan yang tidak mengalami anemia berjumlah 21 responden (61,8%). Pada pengetahuan yang baik tetapi mengalami anemia pada kejadian ini, karena remaja putri tidak mematuhi dan menerapkan pengetahuan yang didapat dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nirmala, 2024 dengan judul “Hubungan Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur, dan Pengetahuan Siswi Dengan Kejadian Anemia di MTS Negeri 2 Lombok Tengah”. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji korelasi *chi-square* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,000 (*p-value*  $< 0,05$ ) berarti  $H_0$  ditolak sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian anemia di MTs Negeri 2 Lombok Tengah (Nirmala et al., 2024). Pengetahuan remaja yang kurang tentang anemia mengakibatkan kurangnya pemahaman mereka tentang anemia. Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan yaitu tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Pengetahuan remaja tentang anemia hanya sampai pada tahap tahu dan tidak diikuti dengan pengaplikasian dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya, pemahaman bahwa anemia adalah kondisi kekurangan sel darah merah, mengerti tentang tanda dan gejala serta faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia sehingga apa yang telah dipahami dapat menjadi kebiasaan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Hidayat et al., 2024).

Canavan dan Fawzi, 2019 menjelaskan bahwa terdapat tiga garis besar kesenjangan pengetahuan remaja dalam pemenuhan kebutuhan akan kesehatan. Pertama adalah pengetahuan terkait pentingnya suplemen mikronutrien dan makronutrien bagi remaja dalam meningkatkan status gizi. Suplemen zat besi penting dalam mengatasi mikronutrien dan anemia pada remaja. Kedua, pengetahuan terkait makanan sehat. Kualitas makanan yang buruk secara umum dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan yang buruk. Remaja memiliki kebutuhan energi yang lebih dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Ketiga, Pengetahuan terkait nutrisi dan penundaan kehamilan pada masa remaja (Canavan & Fawzi, 2019).

Pengetahuan yang kurang terutama tentang anemia dapat menjadi pembatas antara seseorang dengan perilakunya, dalam hal ini adalah perilaku dalam upaya pencegahan terhadap kejadian anemia. Selain itu, pengetahuan yang kurang juga dapat mempengaruhi pola pikir seseorang sehingga akan sulit untuk menumbuhkan niat agar tercapai suatu sikap kearah yang lebih baik. Seseorang dengan pengetahuan yang kurang memiliki risiko lebih tinggi untuk terjadi anemia, hal ini dikarenakan kurangnya informasi dan pelajaran yang didapat mengenai anemia. Pengetahuan yang kurang berdampak terhadap sikap dan perilaku remaja dalam pencegahan terjadinya anemia, remaja dengan pengetahuan anemia rendah akan mempengaruhi kebiasaan yang kurang baik dalam memilih makanan dan mencegah masalah kesehatan terutama anemia sehingga masalah anemia pada remaja akan meningkat (Permanasari et al., 2020).

### **Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia**

Berdasarkan hasil statistik uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* = 0,005 < 0,05, sehingga dapat disimpulkan terdapat ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Marlana, 2023 dengan judul “Hubungan Lama Menstruasi, Gaya Hidup, dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMK Negeri 1 Lempuing Jaya Kabupaten Ogan Komering Ilir Tahun 2021”. Hasil uji statistik *chi square p value* = 0,005 < 0,05 hal ini menunjukkan ada hubungan bermakna antara Lama Menstruasi dengan Anemia pada Remaja Putri di SMK Negeri 1 Lempuing Jaya Kabupaten Ogan Komering Ilir Tahun 2021 (Marlena et al., 2023).

Kadar hemoglobin pada remaja putri setelah menstruasi mengalami penurunan dibanding sebelum menstruasi, dari mula normalnya 12,76 g/dL menjadi 12.06 g/dl. Penurunan kadar hemoglobin ketika menstruasi normal terjadi karena terjadi proses kehilangan darah yang tidak sedikit sehingga menyebabkan kekurangan zat besi (Marlena et al., 2023). Anemia dapat menyebabkan berbagai dampak buruk di antaranya menurunkan daya tahan tubuh sehingga dapat menyebabkan penyakit infeksi, menurunkan ketangkasan berfikir dan kebugaran menurunkan prestasi belajar (Putri et al., 2024). Kekurangan zat besi terjadi karena kurangnya simpanan zat besi dan terjadi ketika penyerapan zat besi tidak dapat mengimbangi periode yang diperpanjang dengan kebutuhan metabolik untuk besi dalam mempertahankan pertumbuhan dan mengganti kehilangan zat besi yang disebabkan dengan kehilangan darah. Frekuensi kekurangan zat besi meningkat pada remaja putri karena kehilangan zat besi pada saat menstruasi dan kebutuhan zat besi pada pertumbuhan yang cepat (Arisani et al., 2024).

Peneliti berasumsi bahwa hasil nutrisi ibu berjumlah 70 responden yang mengalami lama menstruasi tidak normal berjumlah 38 responden yang mengalami lama menstruasi normal berjumlah 32 responden, dari hasil diatas bahwa remaja putri yang mengalami lama menstruasi tidak normal (<2->8 hari), memiliki risiko anemia lebih besar yaitu 4,686 kali dibandingkan dengan remaja yang mengalami lama menstruasi normal. Pada lama menstruasi yang tidak normal, tetapi mengalami anemia berjumlah 27 responden (71,1%) dan yang tidak mengalami anemia berjumlah 11 responden (28,9%) sedangkan dari 32 responden dengan lama menstruasi yang normal, tetapi mengalami anemia berjumlah 11 responden (34,4%) dan yang tidak mengalami anemia berjumlah 21 responden (65,6%). Pada kejadian lama menstruasi yang normal tetapi mengalami anemia pada penelitian ini disebabkan karena menstruasi yang dialami remaja putri sehari bisa samapi 3 kali ganti pembalut, artinya jumlah menstruasi yang lebih banyak sehingga menyebabkan remaja putri mengalami anemia.

### **Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia**

Berdasarkan hasil statistik uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* = 0,000 < 0,05, sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia di SMA N 2



Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024. Penelitian ini sejalan dengan (Husnah et al., 2023) dengan judul “Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja”. Hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia ini dilakukan dengan menggunakan rumus Chi square, didapatkan p-value sebesar 0,01 pada taraf signifikan 0,05. Karena p-value < 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pulau Panjang. Pada remaja yang mengalami obesitas, kegemukan maupun kurus, faktor utamanya adalah pola olahraga yang tidak teratur dan remaja terlalu banyak makan menyebabkan energi yang keluar tidak sesuai dengan kalori yang masuk bagi remaja yang mengalami kegemukan dan obesitas sedangkan bagi remaja putri yang kurus disebabkan pola makan yang tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh atau kurangnya nafsu makan. Faktor-faktor lainnya yaitu adanya tingkat sosial ekonomi, lingkungan, pola makan, dan perubahan gaya hidup yang salah diantaranya pola makan tinggi lemak dan rendah serat.

Ketika asupan makanan kurang, simpanan zat besi dalam tubuh juga turun, meningkatkan risiko anemia zat besi jika kebutuhan zat besi naik atau asupannya kurang. Jika zat besi dalam makanan terbatas sementara kebutuhan tubuh meningkat, cadangan zat besi akan terpakai dan menyebabkan defisiensi. Anemia disebabkan oleh kekurangan zat gizi yang penting untuk pembentukan hemoglobin, terutama karena kurangnya asupan makanan. Zat gizi tersebut mencakup besi, protein, dan vitamin C yang berpengaruh pada penyerapan besi. Kekurangan protein menghambat transportasi zat besi, menyebabkan defisiensi besi dan penggunaan cadangan besi tubuh. Bila cadangan besi habis, tubuh kekurangan sel darah merah dan hemoglobin, mengakibatkan anemia (Dahlia et al., 2023).

Peneliti berasumsi bahwa hasil penelitian status gizi berjumlah 70 responden yang mengalami status gizi tidak normal berjumlah 37 responden dan yang mengalami status gizi normal berjumlah 33 responden, dengan yang mengalami anemia sebanyak 29 responden (78,4%) dan yang tidak mengalami anemia berjumlah 8 responden (21,6%) sedangkan dari 33 responden yang status gizi normal, tetapi mengalami anemia berjumlah 9 responden (27,3%) dan yang tidak mengalami anemia berjumlah 24 responden (72,7%). Hasil penelitian diatas dapat mempengaruhi kejadian anemia. Remaja putri yang mempunyai asupan zat besi kurang akan lebih rentan terkena anemia dibandingkan dengan remaja putri yang memenuhi kebutuhan zat besi. Selain itu, media social juga memberikan gaya makanan yang mempengaruhi seperti remaja tidak mempertimbangkan kembali kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi dengan mengonsumsi makanan cepat saji. Makanan atau snack yang sering mereka konsumsi lebih banyak mengandung karbohidrat dan gula yang dapat memicu penurunan kadar hemoglobin yang mengakibatkan anemia pada remaja.

Selain itu, media social juga memberikan gaya makanan yang mempengaruhi seperti remaja tidak mempertimbangkan kembali kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi dengan mengonsumsi makanan cepat saji. Makanan atau snack yang sering mereka konsumsi lebih banyak mengandung karbohidrat dan gula yang dapat memicu penurunan kadar hemoglobin yang mengakibatkan anemia pada remaja. Pada penelitian ini, remaja yang memiliki status gizi normal tetapi mengalami anemia disebabkan karena faktor pemenuhan kebutuhan gizi yang tidak seimbang. seperti lebih dominan mengonsumsi makanan karbohidrat setiap hari, sehingga nutrisi yang dibutuhkan tubuh tidak terpenuhi secara sempurna dan mengakibatkan siswi remaja putri masih mengalami anemia.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan mengenai Hubungan Pengetahuan, Lama Menstruasi, dan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024 dapat disimpulkan bahwa: Ada hubungan pengetahuan, lama menstruasi, dan status gizi secara simultan dengan kejadian anemia di SMA N 2

Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024. Ada hubungan pengetahuan secara parsial dengan kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024  $p\text{-value} = 0,017$ . Ada hubungan lama menstruasi secara parsial dengan kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024  $p\text{-value} = 0,005$ . Ada hubungan status gizi secara parsial dengan kejadian anemia di SMA N 2 Semendawai Barat Kabupaten OKU Timur Tahun 2024  $p\text{-value} = 0,000$

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi sehingga artikel ilmiah ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Artikel ilmiah ini diajukan sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan. Penulis menyadari artikel ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun dari berbagai pihak sangat dibutuhkan untuk memperbaiki kekurangan dan keterbatasan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arisani, G., DIII Kebidanan, P., Kebidanan, J., Kemenkes Palangka Raya, P., & Tengah, K. (2024). Korelasi Lama Menstruasi, Indeks Massa Tubuh (IMT), Lingkar Lengan Atas (LILA) dan Pengetahuan dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri *Correlation of Menstruation Duration, Body Mass Index (BMI), Mid-Upper Arm Circumference (MUAC) and Knowledge with Hem.* <http://journal.umpalangkara.ac.id/index.php/jsm>
- Canavan, C. R., & Fawzi, W. W. (2019). *Addressing knowledge gaps in adolescent nutrition: Toward advancing public health and sustainable development. Current Developments in Nutrition*, 3(7), 4–6. <https://doi.org/10.1093/cdn/nzz062>
- Dahlia, M., Putri, R., & Zakiah, R. (2023). Hubungan Siklus Menstruasi, Asupan Makan, Dan Status Gizi Dengan Anemia Pada Calon Pengantin Di Puskesmas Toboali Tahun 2022. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1190–1200. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.722>
- Hamidiyah, A. (2020). Hubungan Asupan Nutrisi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(1), 1–8. <https://doi.org/10.36341/jomis.v4i1.1091>
- Hidayat, M. M., Melanie, R., Wisnusakti, K., & Sabila, A. (2024). Hubungan Pengetahuan Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Yayasan Pesantren Maruyung An-Nurkabupaten Bandung. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 19(1), 53–62.
- Husnah, R., Fitriani, F., & Panjaitan, A. L. (2023). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Jurnal Ners*, 7(2), 871–875. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.16145>
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1116>
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 03(01), 1293–1298.
- Marlena, A., Minata, F., & Yunola, S. (2023). Hubungan Lama Menstruasi, Gaya Hidup, dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMK Negeri 1 Lempuing Jaya Kabupaten Ogan Komering Ilir Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(2), 2084. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i2.3146>
- Mery Krista Simamora, R. (2024). Hubungan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(2), 61–65.
- Nirmala, S., Yolanda, R., Rizki, M., & Karmila, D. (2024). Hubungan Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur, Dan Pengetahuan Siswi Dengan Kejadian Anemia Di MTs. Negeri 2

- Lombok Tengah. *Bioscientist : Jurnal Ilmiah Biologi*, 12(1), 1316–1326.
- Nofianti, I. G. A. T. P., Juliasih, N. K., & Wahyudi, I. W. G. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di Smp Negeri 2 Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Jurnal Widya Biologi*, 12(01), 58–66. <https://doi.org/10.32795/widyabiologi.v12i01.1324>
- Permanasari, I., Jannaim, J., & Wati, Y. S. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri di SMAN 05 Pekanba. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 8(2), 313. <https://doi.org/10.20527/dk.v8i2.8149>
- Putri, S. K., Jeki, A. G., & Fatmawati, T. Y. (2024). Status Gizi, Tingkat Konsumsi Zat Gizi Besi (Fe) dan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Diskursus Ilmiah Kesehatan*, 2(1), 9–15. <https://doi.org/10.56303/jdik.v2i1.155>
- Qomarasari, D., & Mufidaturrosida, A. (2022). Hubungan Status Gizi, Pola Makan Dan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 3 cibeber. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 6(2), 43–50.
- Sab'ngatun, S., & Riawati, D. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Avicenna : Journal of Health Research*, 4(2), 83–90. <https://doi.org/10.36419/avicenna.v4i2.533>
- Sriwani, F., Noorma, N., & Setyawati, E. (2023). Hubungan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 1 Tanjung Palas Tengah. *SAINTEKES: Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan*, 2(4), 534–542. <https://doi.org/10.55681/saintekes.v2i4.209>
- Suryani, L., Rafika, R., & Sy Gani, S. I. A. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Smk Negeri 6 Palu. *Jurnal Media Analis Kesehatan*, 11(1), 19. <https://doi.org/10.32382/mak.v11i1.1513>