

Factors Associated with the Incidence of Anemia in Students of Akbid Helvetia Pekanbaru in 2021

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Akbid Helvetia Pekanbaru Tahun 2021

Rika Istawati

Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru

Email rikaistawati2@gmail.com

Article Info

Article history

Received date: 2021-06-28

Revised date: 2021-08-14

Accepted date: 2021-12-22

Abstract

Adolescent girls are a high risk group for anemia compared to young men because the need for iron absorption peaks at the age of 14-15 years in adolescent girls. In Southeast Asia, 25-40% of adolescent girls experience mild to severe anemia. The purpose of this study was to determine the factors associated with the incidence of anemia in students of Akbid Helvetia Pekanbaru. This type of research is quantitative with cross sectional design and chi-square test. The population of third grade students at Akbid Helvetia Pekanbaru was 34 people using the total sampling technique. The instrument uses a questionnaire, a digital hemoglobin test kit, a weight scale and a stature meter. Statistical test results showed no significant relationship between breakfast habits p-value 0.905, level of knowledge p-value 0.678 on anemia, there was a relationship between menstrual period p-value 0.001, nutritional status p-value 0.003 with anemia. It is expected that respondents can increase Hb levels and prevent anemia by consuming foods rich in iron, folic acid, vitamin B12 and vitamin C, and avoiding excessive caffeine.

Keywords:

Anemia Incidence; Anemia Factors

Abstrak

Remaja putri merupakan kelompok risiko tinggi mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra karena kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada umur 14-15 tahun pada remaja putri. Di Asia Tenggara, 25-40% remaja putri mengalami anemia tingkat ringan ringan dan berat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Akbid Helvetia Pekanbaru. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional dan uji tes chi-square. Populasi mahasiswa tingkat tiga Akbid Helvetia Pekanbaru berjumlah 34 orang menggunakan tehnik total sampling. Instrument menggunakan kuesioner, alat tes Hemoglobin digital, timbangan berat badan dan stature meter. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan pagi p-value 0,905, tingkat pengetahuan p-value 0,678 terhadap anemia, ada hubungan antara Lama menstruasi p-value 0,001, status gizi p-value 0,003 dengan anemia. Diharapkan kepada responden untuk dapat meningkatkan kadar Hb dan pencegahan anemia dengan cara mengkonsumsi makanan kaya zat besi, asam folat, vitamin B12 dan vitamin C, serta menghindari kafein yang berlebihan.

Kata Kunci:

Kejadian Anemia, Faktor-Faktor Anemia

PENDAHULUAN

Masa remaja (*adolescence*) merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang ditandai dengan terjadinya perubahan sangat cepat secara fisik, psikis, dan kognitif. Pada aspek fisik terjadi proses pematangan seksual dan pertumbuhan postur tubuh yang membuat remaja mulai memerhatikan penampilan fisik. Perubahan aspek psikis pada remaja yang menyebabkan mulai timbulnya keinginan untuk diakui dan menjadi yang terbaik diantara teman-temannya. Perubahan aspek kognitif pada remaja ditandai dengan dimulainya dominasi untuk berfikir secara konkret, *egocentrisme*, dan berperilaku *impulsive* [1].

Remaja putri merupakan kelompok risiko tinggi mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra karena kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada umur 14-15 tahun pada remaja putri. Dampaknya yaitu berisiko tinggi pada saat kehamilan dan persalinan (43%), *survey* yang dilakukan oleh Mercy Cups di 4 provinsi (Sumatera Barat, Riau, Bengkulu, dan Lampung) sebesar 45,31% menghambat tumbuh kembang dan menurunkan kemampuan belajar menurunnya produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis sekolah. Anemia gizi besi juga dapat mengganggu pertumbuhan dimana tinggi badan dan berat badan menjadi tidak sempurna, menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terserang penyakit. Berdasarkan siklus daur hidup, anemia gizi besi pada saat remaja akan berpengaruh besar pada saat kehamilan dan persalinan, yaitu terjadinya abortus, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, mengalami penyulit lahirnya bayi karena rahim tidak mampu berkontraksi dengan baik serta risiko terjadinya perdarahan pasca persalinan yang menyebabkan kematian maternal [2].

Anemia didefinisikan sebagai berkurangnya 1 atau lebih parameter sel darah merah. Konsentrasi hemoglobin, hematokrit atau jumlah sel darah merah. Menurut kriteria WHO anemia adalah kadar hemoglobin dibawah 13% pada pria dan dibawah 12% pada wanita. Anemia merupakan tanda adanya penyakit. Anemia selalu merupakan keadaan tidak normal dan harus dicari penyebabnya. Anamnesis, pemeriksaan fisik dan pemeriksaan laboratorium sederhana berguna dalam evaluasi penderita anemia. Anemia secara fungsional didefinisikan sebagai penurunan jumlah massa eritrosit (*red cell mass*) sehingga tidak dapat memenuhi fungsinya untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer [3].

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 anemia tingkat ringan 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. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia diantaranya adalah kebiasaan sarapan pagi (50%), lama menstruasi (11,7%), tingkat pengetahuan tentang anemia (70%), status gizi (24,8%) [2].

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018 menemukan adanya kenaikan pada kasus anemia di remaja putri. Pada tahun 2013, sekitar 37,1% remaja putri mengalami anemia. Angka ini naik menjadi 48,9% pada tahun 2018. Proporsi anemia terjadi paling besar dikelompok umur 15-24 tahun, dan 25-34 tahun. Program intervensi dari pemerintah untuk mencegah anemia masih banyak terpusat pada kaum ibu hamil, padahal kaum remaja, khususnya remaja perempuan juga perlu diberi perhatian lebih karena justru remaja perempuan nantinya

merupakan calon ibu. sehingga kejadian anemia. Prevalensi tertinggi terdapat di Asia Tenggara, di mana anemia terjadi pada sekitar 40% anak usia prasekolah dan wanita tidak hamil, serta sekitar 30% pada wanita hamil. Diketahui bahwa lebih dari seperempat remaja di Asia Tenggara kecuali Thailand mengalami anemia. Prevalensi remaja anemia di tiap Negara bervariasi, yaitu antara 17-90% [1].

Penelitian yang dilakukan oleh [7] tentang kebiasaan sarapan pagi berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP NEGERI 20 Pekanbaru, jumlah sampel 81 orang, dari 22 responden (27,2%) yang jarang / tidak pernah sarapan terdapat 16 responden (19,8%), responden dengan Hb dibawah 12 gr/dl (anemia), dari 29 responden (35,8%) yang kadang-kadang sarapan terdapat 12 responden (14,8%) yang mengalami anemia, sementara dari 30 responden yang sering sarapan terdapat 11 responden (13,6%) yang mengalami anemia. Hasil analisis *chi-square*, ada hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia ($P\text{-value} = 0.024 < \alpha 0.05$). Kebiasaan sarapan seorang anak dipengaruhi oleh pendidikan serta pekerjaan orang tua, alasan responden yang tidak sarapan mereka mengatakan bahwa penyebab mereka tidak sarapan karena tidak tersedianya sarapan dirumah, terburu-buru sehingga tidak sempat sarapan, ataupun malas sarapan karena tidak tahu pentingnya sarapan.

Penelitian yang dilakukan oleh [8] tentang hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kejadian anemia di Kabupaten Tanggamus diperoleh hasil analisis *chi-square*, ada hubungan antara pengetahuan remaja putri kelas IX tentang anemia dengan kejadian anemia di SMA Negeri 1 Talang Padang ($P\text{-value} = 0,034$) Dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh

pengetahuan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan, Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri dikarenakan pengetahuan tentang anemia masih kurang [8].

Penelitian yang dilakukan oleh [9] tentang Hubungan Antara Status Gizi dengan Anemia pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 3 Semarang, didapatkan hasil analisis *chi-square*, ada hubungan antara status gizi dengan anemia ($P\text{-value} = 0,000$) Responden yang memiliki gizi baik tetapi tidak mengalami anemia hal ini disebabkan karena makanan yang dikonsumsi oleh responden sudah mengandung semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuh responden, sehingga terjadi keseimbangan antara zat gizi yang dikonsumsi oleh responden dengan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh [9].

Hasil survei awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 10-11 Februari 2021 di Akbid Helvetia Pekanbaru dengan melakukan pemeriksaan hemoglobin menggunakan alat Hb digital kepada 10 mahasiswi didapatkan hasil 8 diantaranya mengalami anemia dengan kadar Hb dibawah 12,0 gr%. 7 orang dengan sarapan pagi kadang-kadang, dan 3 orang tidak sarapan pagi dengan alasan tidak sempat masak atau tidak selera. 7 orang dengan status gizi normal, 2 orang kegemukan, dan 1 orang kurus tingkat ringan. dan 10 responden tersebut memiliki pengetahuan tentang anemia yang cukup, dan lama menstruasi yang normal. Sedangkan fenomena yang terjadi dilapangan berdasarkan pengamatan peneliti banyak mahasiswa yang tidak berkonsentrasi saat belajar, terlihat pucat dan lesu karena kurang tidur dimalam hari. Terdapat juga sebagian mahasiswa yang melakukan diet sembarangan sehingga berpengaruh pada status gizi, dan juga kebiasaan mahasiswa yang tidak sarapan

dipagi hari sebelum beraktivitas. Sehingga karena adanya fenomena ini mahasiswa memiliki ciri-ciri anemia, dan peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Akbid Helvetia Pekanbaru tahun 2020.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan desain *cross sectional* yaitu untuk melihat hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen dimana dilakukan secara bersama-sama atau sekaligus. Setiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dalam suatu waktu selama penelitian berlangsung. Penelitian ini dilakukan di Akbid Helvetia yang terletak di Jl. Soekarno-Hatta No. 88-C1 Pekanbaru Cara pengambilan sampel yaitu *Total Sampling* dengan mengambil seluruh populasi mahasiswa tingkat tiga Akbid Helvetia Pekanbaru berjumlah 34 orang. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner, alat pengukur Hb digital merk *easy toch*, pengukur tinggi dan berat badan. Analisis data secara univariat dan bivariat menggunakan alat komputer dan program SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menggunakan dengan analisis univariat dan bivariate.

A. Analisis Univariat

1. Kebiasaan sarapan pagi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Pagi

No	Kebiasaan Sarapan Pagi	F	%
1	Ya/Selalu	6	17,6
2	Kadang-Kadang	17	50
3	Jarang/Tidak Pernah	11	32,4
Total		34	100

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa mayoritas responden dengan kebiasaan sarapan pagi kadang-kadang 17 orang (50%) dan minoritas ya/selalu 6 orang (17,6%).

2. Lama Menstruasi

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Menstruasi

No	Lama Menstruasi	F	%
1	Normal	25	73,5
2	Tidak Normal	9	26,5
Total		34	100

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa mayoritas responden dengan lama menstruasi normal 25 orang (73,5%), dan minoritas tidak normal 9 orang (26,5%).

3. Tingkat Pengetahuan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan

No	Tingkat Pengetahuan	F	%
1	Baik	13	38,2
2	Cukup	18	52,9
3	Kurang	3	8,8
Total		34	100

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan data dari table 3 diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat pengetahuan tentang anemia cukup 18 orang (52,9%) dan minoritas responden bепенgetahuan kurang 3 orang (8,8%).

4. Status gizi

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi

No	Status Gizi	F	%
1	Kurus (Tingkat Berat)	3	8,8
2	Kurus (Tingkat Ringan)	12	35,3
3	Normal	10	29,4
4	Kegemukan	5	14,7
5	Gemuk	4	11,7
Total		34	100

Sumber : Data Primer, 2021

5. Kejadian Anemia

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Anemia

No	Kejadian Anemia	F	%
1	Anemia	22	64,7
2	Tidak Anemia	12	35,3
Total		34	100

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan data dari tabel 5 diketahui bahwa mayoritas responden anemia 22 orang (64,7%) dan minoritas responden tidak anemia 12 orang (35,3%).

B. Analisis Bivariat

1. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Kejadian Anemia

Tabel 6 Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Tingkat Tiga Di Akbid Helvetia Pekanbaru Tahun 2021

Kebiasaan Sarapan Pagi	Kejadian Anemia				Total		P Value
	Anemia		Tidak Anemia		n	%	
	n	%	n	%			
Ya/Sering	4	18,2	2	16,7	6	17,6	0,905
Kadang-Kadang	11	50	6	50	17	50	
Jarang/Tidak Pernah	7	31,8	4	33,3	11	32,4	
Total	22	100	12	100	35	100	

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 6 didapatkan nilai p-value = 0,905 (>0,05) yang artinya tidak ada hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia.

2. Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia

Tabel 7 Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Tingkat Tiga Di Akbid Helvetia Pekanbaru Tahun 2021

Lama Menstruasi	Kejadian Anemia				Total		P Value
	Anemia		Tidak Anemia		n	%	
	n	%	n	%			
Normal	18	81,8	7	58,3	25	73,5	

Tidak Normal	4	18,2	5	41,7	9	26,5	0,001
Total	22	100	12	100	35	100	

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 7 didapatkan nilai p-value = 0,01 (<0,05) yang artinya ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia.

3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia

Tabel 8 Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Tingkat Tiga Di Akbid Helvetia Pekanbaru Tahun 2021

Tingkat Pengetahuan	Kejadian Anemia				Total		P Value
	Anemia		Tidak Anemia		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	7	31,8	6	50	13	38,2	0,678
Cukup	13	59,1	5	41,6	18	52,9	
Kurang	2	9,1	1	8,33	3	8,8	
Total	22	100	12	100	34	100	

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan table 8 didapatkan hasil p-value=0,678 (>0,05) yang artinya tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia.

4. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia

Tabel 9 Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Tingkat Tiga Di Akbid Helvetia Pekanbaru Tahun 2021

Status Gizi	Kejadian Anemia				Total		P Value
	Anemia		Tidak Anemia		n	%	
	n	%	n	%			
Kurus (Tingkat Berat)	3	13,6	0	0	3	8,8	0,003
Kurus (Tingkat Ringan)	9	40,9	3	25	12	35,3	
Ideal	7	31,9	4	33,3	10	29,4	
Kegemuk	2	9,1	3	25	5	14,7	

an						
Gemuk	1	4,5	2	16,7	4	11,7
Total	22	100	12	100	34	100

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 9 didapatkan hasil p-value = 0,003 (<0,05) yang artinya ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Anemia

Berdasarkan hasil penelitian uji statistik dengan *chi-square* antara variabel kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia diperoleh p-value = 0,905 (>0,05) yang artinya tidak ada hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia.

Remaja mempunyai kebiasaan makan yang kurang baik, seperti suka melewatkan waktu makan dan memakan apa saja yang tersedia ketika lapar walaupun tidak bergizi. Remaja sering merasa telah terbebas dari aturan ketat pada masa anak-anak sehingga sering mengambil keputusan sendiri dalam hal konsumsi makanannya. Remaja cenderung melewatkan sarapan pagi dengan langsung beraktivitas atau memperpanjang tidur bila merasa memerlukan istirahat cukup pada masa pertumbuhannya, remaja masih perlu untuk melakukan sarapan pagi. Sarapan pagi sangat penting untuk menjaga kecukupan gizi tubuh selama beraktivitas. Melewatkan waktu makan dapat menyebabkan asupan energi dan zat gizi penting menjadi kurang. Jika hal ini dilakukan terus-menerus maka dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan seksual [1].

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [10] di Palembang jumlah sampel sebanyak 50 siswa kelas V SDN

kelurahan 7 Ulu Palembang Hasil uji statistik *chisquare* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia (p value 0,100). Sarapan dikatakan berkualitas baik apabila jenis makanan yang konsumsi mengandung nutrisi yang dibutuhkan pada masa remaja, menu sarapan pagi sebaiknya lengkap dan mengandung semua unsur gizi yang dibutuhkan tubuh, karena sangat menentukan stamina tubuh pada siang hari. Menu sarapan yang cukup mengandung protein, vitamin, zat besi dan lemak yang mengandung omega 3 akan memberikan nutrisi yang baik untuk perkembangan remaja [10].

Menurut asumsi peneliti, adanya perbedaan teori dengan hasil penelitian karena bahwa mayoritas responden anemia berdasarkan kebiasaan kadang-kadang sarapan pagi, jika responden lebih sering/selalu sarapan pagi maka semakin baik pula terhadap status kadar hb, sarapan menjadi perilaku yang baik apabila dilakukan secara rutin atau menjadi kebiasaan. Makanan yang dikonsumsi sewaktu sarapan bukan hanya mengenyangkan tetapi juga bergizi lengkap dan seimbang.

2. Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia

Berdasarkan hasil penelitian uji statistik dengan *chi-square* antara variabel lama menstruasi dengan kejadian anemia diperoleh p-value = 0,001 (<0,05) yang artinya ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia.

Menstruasi adalah pelepasan dinding Rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan dan terjadi berulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan. Menstruasi yang pertama kali menarche paling sering terjadi pada usia 11 tahun, tetapi bisa juga terjadi pada usia 8 tahun atau 16 tahun. Hari pertama terjadinya perdarahan dihitung sebagai awal dari

setiap siklus menstruasi. Siklus berakhir tepat sebelum siklus menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi berkisar antara 21-40 hari. Pada awalnya siklus mungkin tidak teratur jarak antara 2 siklus berlangsung selama 2 bulan atau dalam 1 bulan mungkin terjadi 2 siklus. Hal ini adalah sesuatu yang normal [11].

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [12] Kediri hasil penelitian menyatakan tidak ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja, dilihat dari p-value 0,875 dimana nilai $p > \alpha 0,05$. Berdasarkan hasil tabulasi silang antara lama menstruasi dengan status anemia diketahui bahwa dari 49 orang dengan kategori lama haid normal diperoleh sebanyak 32 orang (55,17%) mengalami kejadian anemia. Pada dasarnya lama menstruasi yang tidak normal atau lebih dari normal akan mengakibatkan pengeluaran darah yang lebih sehingga dapat menyebabkan kekurangan zat besi [12].

Menurut asumsi peneliti karena pada saat menstruasi terjadi pengeluaran darah haid yang menyebabkan zat besi dalam darah keluar dari tubuh. Kehilangan zat besi karena menstruasi menyebabkan keseimbangan zat besi tubuh terganggu. Zat besi yang rendah menyebabkan pembentukan sel darah merah terganggu sehingga terjadi anemia.

3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia

Berdasarkan hasil penelitian uji statistik dengan chi-square antara variabel tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia diperoleh p-value = 0,678 ($>0,05$) yang artinya tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia.

Pengetahuan tentang anemia memberikan gambaran mengenai seberapa paham remaja tentang pengertian,

penyebab/faktor resiko, proses terjadinya, tanda gejala dan penanggulangan serta pengobatan. Pemahaman ini akan direfleksikan oleh remaja dalam bentuk upaya pencegahan agar tidak mengalami anemia seperti makan sesuai jadwal dan kebutuhan tubuh, tidak melakukan diet berlebihan dan sembarangan dan pola makan yang sehat [13].

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [14] hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia (p-value = 0,335). Responden yang memiliki pengetahuan baik namun mengalami anemia dimungkinkan juga tidak tahu tentang cara pencegahan dan penanggulangan anemia. Hasil ini dibuktikan dengan tingkat kesalahan dalam menjawab pernyataan peneliti yang terdapat pada indikator 7 yaitu tentang “tablet tambah darah tidak boleh diminum secara rutin” dari 20 responden yang memiliki pengetahuan baik ada 6 responden yang memiliki jawaban salah [14].

Menurut asumsi peneliti, adanya hasil penelitian yang berbeda dengan teori yang menyatakan penyebab penting dari gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi atau kemampuan untuk menerapkan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat pengetahuan tentang anemia yang tinggi tetapi tidak disertai dengan perubahan perilaku dalam kehidupan sehari-hari, sehingga tidak akan berpengaruh pada keadaan gizi individu.

4. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia

Berdasarkan hasil penelitian uji statistik dengan chi-square antara variabel status gizi dengan kejadian anemia diperoleh p-value = 0,003 ($<0,05$) yang artinya ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia.

Kebutuhan gizi remaja relatif besar, karena remaja umumnya melakukan aktivitas fisik lebih tinggi dibanding usia lainnya, sehingga diperlukan zat gizi yang lebih banyak. Makanan merupakan salah satu kebutuhan manusia yang pokok bagi setiap orang. Makanan mengandung unsur zat gizi yang sangat diperlukan untuk tubuh dan berkembang. Dengan mengonsumsi makanan yang cukup dan teratur remaja akan tumbuh sehat sehingga akan mencapai prestasi yang gemilang, kebugaran, dan sumber daya manusia yang berkualitas [15]. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [16] hasil penelitian uji statistik menunjukkan ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$). Tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri dikarenakan tidak memperhatikan faktor-faktor yang harus dikontrol seperti status menstruasi, pola diet dan kebiasaan sarapan pagi. Hal ini diduga karena ada faktor lain yang juga berpengaruh terhadap terjadinya anemia yaitu tingkat konsumsi zat gizi, remaja putri dengan kategori normal memungkinkan menderita anemia apabila tingkat konsumsi zat gizi yang mempermudah absorpsi besi masih kurang [16].

Menurut asumsi peneliti, berdasarkan hasil penelitian diatas adanya hubungan status gizi dengan kejadian anemia karena remaja yang memiliki gizi kurang akan menyebabkan tubuhnya menjadi kurus. Hal ini dikarenakan makan yang terlalu sedikit dan sedang menjalankan program diet. Remaja yang memiliki gizi lebih dapat dipengaruhi oleh faktor keturunan dan lingkungan. Faktor utama adalah asupan energi yang tidak sesuai dengan penggunaannya sebaiknya responden mengubah pola makannya, sehingga asupan makanan yang dikonsumsi dapat diserap secara sempurna dalam tubuh perlunya

mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi tinggi, sehingga kebutuhan zat besi dalam tubuh terpenuhi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dapat diambil kesimpulan bahwa Kebiasaan sarapan pagi mayoritas kadang-kadang 17 responden (50%) dengan kejadian anemia 11 responden (50%). Lama menstruasi mayoritas Normal 25 responden (73,5%) dengan kejadian anemia 18 responden (81,8%). Tingkat pengetahuan tentang anemia mayoritas cukup 18 responden (52,9%) dengan kejadian anemia 13 responden (59,1%). Status gizi mayoritas kurus 12 responden (35,3%) dengan kejadian anemia 9 responden (40,9%).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] D. Fikawati, *Gizi Anak dan Remaja*, Cetakan ke. Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2017 Hak cipta 2017, pada penulis, 2017
- [2] A. Rahayu, F. Yulidasari, A. O. Putri, and L. Anggraini, *Buku Referensi Metode Orkes-Ku (Raport Kesehatanku) dalam Mengidentifikasi Potensi kejadian Anemia Gizi pada Remaja*. Yogyakarta, 2019.
- [3] A. Sutjahjo, *Dasar-dasar Ilmu Penyakit Dalam*. Surabaya: Airlangga Unercity press, 2015
- [4] R. Kemenkes, "Laporan_Nasional_Riskesdas 2018," *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, p. 198, 2018
- [5] Dinkes Riau, *Profil Kesehatan Provinsi Riau*, no. 0761. 2019
- [6] Kemenkes RI, "Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja," Yogyakarta, 2018
- [7] E. Ritawani and L. Liwanti, "Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 20 Pekanbaru," *Al-Insyirah*

- Midwifery J*, 2019
- [8] S. Laksmi and H. Yenie, “Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten,” *J. Ilm. Keperawatan Sai Betik*, 2018.
- [9] Wibowo and dkk, “Hubungan Antara Status Gizi dengan Anemia pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 3 Semarang,” *J. Kedokt. Muhammadiyah*, 2013
- [10] M. T. Fadillah, “Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dan Faktor Lain Dengan Kejadian Anemia Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri Kelurahan 7 Ulu Palembang Tahun 2017,” *Poltekkes Kemenkes Palembang*, vol. 87, no. 1,2, pp. 149–200, 2017
- [11] S. L. Ernawati Sinaga, Nonon Saribanon, Suprihatin Nailus Sa’adah, Ummu Salamah, Yulia Andani Murti, Agusniar Trisnamiati, *Manajemen Kesehatan Menstruasi*, Jakarta: Universitas Nasional IWWASH Global One, 2017
- [12] G. Memorisa and S. Aminah, “Hubungan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja,” *J. Mhs. Kesehat.*, 2020
- [13] A. Budianto, “Anemia Pada Remaja Putri Dipengaruhi Oleh Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia”, *J. Ilm. Kesehat.*, 2016
- [14] A. H. Amany, “Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Di 3 Sma Kota Yogyakarta”, *J. Kebidanan*, 2015
- [15] E. K. W. Atikah Proverawati, *Ilmu gizi untuk Keperawatan & Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2017
- [16] Reni Yunila Sari. “Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Kasihan.” pp. 1–9, 2017