

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS LA'O KABUPATEN MANGGARAI

Emanuela Rahmayani Human¹, Bonavantura N. Nggarang², Yosef Andrian Beo³

^{1,2,3} Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng Jl. Jend. Ahmad Yani, No.10, Ruteng Flores 86508

Email : mayahuman9@gmail.com

Abstract : Anemia is a condition when the hemoglobin level in the blood is lower than normal. In recent years, there has been a high incidence of anemia in adolescent girls. The purpose of this research was to determine the factors associated with the incidence of anemia in adolescent girls in the La'o Community Health Center working area. This research uses a quantitative approach with an analytical study design with a cross sectional design. Data sources use primary and secondary data. The research subjects were 74 female teenage respondents. Sampling used Purposive Sampling technique. Analysis uses the chi square test and logistic regression test. The results of bivariate analysis using the Chi Square test found that there was a relationship between menstrual patterns with a p value of 0.000 and iron intake with a p value of 0.001, while the level of knowledge was not significantly related to the incidence of anemia (p value 0.067). The results of multivariate analysis with a double logistic regression test showed that the factors most related to the incidence of anemia were abnormal menstrual patterns with a p value of 0.001, OR 9.180 and insufficient iron intake with a p value of 0.006, OR 5.342, which means that menstrual patterns are abnormal. 9.180 times chance and insufficient iron intake has 5.342 times chance of experiencing anemia compared to normal menstrual patterns and sufficient iron intake. Thus, it is concluded that menstrual patterns and iron intake are factors related to the incidence of anemia in adolescent girls in the La'o Community Health Center working area.

Keywords : Anemia, adolescent girls, level of knowledge, menstrual patterns, iron intake.

Abstrak : Anemia adalah kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal. Dalam beberapa tahun terakhir masih ditemukan tingginya kejadian anemia pada remaja putri. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas La'o. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain Studi analitik dengan rancangan *cross sectional*. Sumber data menggunakan data primer dan sekunder. Subjek penelitian adalah 74 responden remaja putri. Penarikan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Analisis menggunakan uji *chi square* dan uji *regresi logistic*. Hasil analisis bivariat dengan uji Chi Square ditemukan terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan nilai *p value* 0,000 dan asupan zat besi dengan nilai *p value* 0,001 sedangkan tingkat pengetahuan tidak berhubungan secara signifikan dengan kejadian anemia (*p value* 0,067). Hasil analisis multivariate dengan uji *regresi logistik* ganda menunjukkan bahwa faktor yang paling berhubungan dengan kejadian anemia adalah pola menstruasi tidak normal dengan nilai *p value* 0,001, OR 9,180 dan asupan zat besi kurang dengan nilai *p value* 0,006, OR 5,342 yang berarti pola menstruasi tidak normal memiliki peluang 9,180 kali dan asupan zat besi kurang memiliki peluang 5,342 kali untuk mengalami anemia dibanding pola menstruasi normal dan asupan zat besi cukup. Dengan demikian disimpulkan bahwa pola menstruasi dan asupan zat besi adalah faktor yang berhubungan erat dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas La'o.

Kata kunci : Anemia, remaja putri, tingkat pengetahuan, pola menstruasi, asupan zat besi.

PENDAHULUAN

Masa remaja (*adolescence*) merupakan masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial. Ketika mencapai puncak kecepatan pertumbuhan, remaja biasanya lebih sering makan dalam jumlah banyak. Selain itu, biasanya mereka lebih memperhatikan penampilan diri, terutama remaja putri. Sering kali remaja putri terlalu ketat dalam mengatur pola makan untuk menjaga penampilan (*body image*) sehingga dapat menyebabkan kekurangan gizi (Hardinsyah & Spariasi, 2017).

Anemia adalah kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal. Anemia diketahui melalui pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb) di bawah 12 g/dl pada wanita tidak hamil yang berusia ≥ 15 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Anemia atau kurang darah ditandai dengan gejala 4L (lemah, letih, lelah, lesu), pucat, tidak bergairah, dan konsentrasi belajar menurun. Anemia yang disebabkan oleh defisiensi zat besi merupakan jenis anemia yang paling sering terjadi. Hal ini dikarenakan pola hidup remaja saat ini yang kurang mengkonsumsi makanan sumber zat besi. Anemia akibat kekurangan zat besi dapat mengganggu fungsi otak pada anak dan remaja. Sebagian besar studi menemukan bahwa anemia berhubungan dengan rendahnya konsentrasi dan memori belajar pada anak dan remaja (Judhiastuty Februhartanty, 2019)

Menurut WHO, Prevalensi anemia remaja di dunia 4,8 juta, prevalensi anemia pada wanita usia subur produktif dengan rentan usia 15-49 tahun sebesar 29,9 % (WHO, 2021). Prevalensi anemia pada kelompok usia remaja 15-24 tahun sebanyak 32,0% dan prevalensi anemia secara umum lebih banyak dialami perempuan yaitu 27,2 % dibandingkan laki-laki sebanyak 20,3% (Risksda, 2018)

Berdasarkan hasil *baseline survey* Program BISA pada bulan Februari–Maret 2020, teridentifikasi bahwa di Kabupaten

Kupang, hanya ada 27,8% remaja putri yang tidak anemia. Prevalensi Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Kupang 72,2% merupakan gabungan anemia ringan, sedang, berat (Rakyat NTT, 2021) Dinas Kesehatan Kabupaten Manggarai melakukan kegiatan skrining Anemia pada 21 Puskesmas dengan sasaran remaja putri SMP dan SMA di wilayah kerja UPTD Puskesmas masing-masing, dengan total sampel yang diambil 6.561 sampel, Data hasil pengambilan sampel di Dinas Kabupaten Manggarai, ada 7 Puskesmas yang sudah melaporkan hasil kegiatan skrining, total sampel 7 Puskesmas adalah 1488 sampel dengan hasil remaja putri yang anemia berjumlah 72 orang atau 4,84%. UPTD Puskesmas La'o sebanyak 600 sampel remaja putri pada 8 sekolah dan ditemukan hasil : Anemia Ringan (Hb 11.0-11.9 g/dl) sebanyak 48 orang atau 8%, Anemia Sedang (8.0-10.9 g/dl) sebanyak 13 orang atau 2,2% dan tidak anemia sebanyak 539 orang atau 89,8% dan angka kejadian anemia tertinggi dari 8 sekolah wilayah UPTD Puskesmas La'o adalah SMK Swakarsa Ruteng yaitu 25,35% dari total 142 sampel yang diambil Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui kegiatan skrining anemia pada bulan Januari 2023, ditemukan 25,35 % siswi SMK Swakarsa Ruteng menderita anemia. Hasil tersebut merupakan persentase tertinggi dari 8 sekolah di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas La'o. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas La'o.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain Studi analitik dengan rancangan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di salah satu Sekolah Menengah Atas di wilayah Kerja UPTD Puskesmas La'o. Penelitian ini dilakukan selama bulan juli, sampel penelitian adalah remaja putri kelas XI

yang berjumlah 74 siswi, Data yang dikumpulkan berupa data primer dan data sekunder Data primer meliputi data karakteristik responden diperoleh menggunakan kuesioner, data tingkat pengetahuan dan pola menstruasi menggunakan kuesioner dan data asupan zat besi diperoleh menggunakan *food recall*. Data sekunder meliputi data mengenai profil lokasi penelitian, data dari laporan Puskesmas dan data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur

Usia	n	%
15 Tahun	16	21,6
16 Tahun	40	54,1
17 Tahun	18	24,3
Total	49	100,0

Sumber data primer 2023.

Berdasarkan tabel 1. responden yang berusia 16 tahun yang paling banyak yaitu 40 orang atau 54,1 % dari total 74 responden.

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia

Kejadian Anemia	n	%
Anemia	25	33,8
Tidak Anemia	49	66,2
Total	74	100,0

Sumber data primer 2023

Berdasarkan tabel 2. diatas dari 74 responden, dapat diketahui ada 25 remaja putri yang mengalami anemia dan 49 remaja putri yang tidak anemia, jadi responden yang tidak mengalami anemia lebih banyak yaitu 66,2 % dari responden yang mengalami anemia yaitu 33,8 %.

Tabel 3.

Distribusi Frekuensi Pengetahuan tentang Anemia

Pengetahuan Tentang Anemia	n	%
Rendah	13	17,6
Cukup	24	32,4
Baik	37	50
Total	74	100,0

Sumber data primer 2023

Berdasarkan tabel 3. diketahui bahwa dari hasil penelitian responden dengan pengetahuan baik lebih banyak yaitu 37 responden atau 50 % dari responden yang memiliki pengetahuan sedang yaitu sebanyak 24 responden atau 32,4 % dan responden dengan pengetahuan rendah sebanyak 13 responden atau 17,6%.

Tabel 4.

Distribusi Frekuensi Pola Menstruasi

Pola Menstruasi	n	%
Normal	54	73
Tidak Normal	20	27
Total	74	100,0

Sumber data primer 2023.

Berdasarkan tabel 4. diatas ditemukan bahwa responden dengan pola menstruasi normal lebih banyak yaitu sebanyak 54 responden atau 73 %, dari responden yang memiliki pola menstruasi tidak normal adalah 20 responden atau 27 %.

Tabel 5.

Distribusi Frekuensi Asupan Zat Besi

Asupan Zat Besi	N	%
Cukup	40	54,1
Kurang	34	45,9
Total	74	100,0

Sumber data primer 2023

Berdasarkan tabel 5. diatas ditemukan bahwa responden yang memiliki asupan zat besi cukup lebih banyak yaitu sebanyak 40 responden atau 54,1 % dari responden dengan asupan zat besi kurang sebanyak 34 responden atau 45,9 %.

Hasil Uji Bivariat

Tabel 6. Tabulasi Silang Pengetahuan tentang Anemia dengan Kejadian Anemia

		Kejadian anemia		Jmlh	P Value
		Tidak anemia	Anemia		
Pengetahuan anemia	Baik	29	8	37	0,067
	Cukup	12	12	24	
	Rendah	8	5	13	
Total		49	25	74	

Sumber data primer 2023

Berdasarkan hasil uji chi-square pada tabel 6. diatas diperoleh nilai *p value* (0,067) > 0,05. Dengan demikian dapat diputuskan tidak ada hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Tabel 7. Tabulasi Silang Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia

		Kejadian anemia		Jml	P Value
		Tidak anemia	Anemia		
Pola Menstruasi	Normal	43	11	54	0,000
	Tidak Normal	6	14	20	
	Normal				
Total		49	25	74	

Sumber: Data primer 2023

Berdasarkan hasil uji chi-square pada tabel 7. diatas diperoleh nilai *p value* (0,000) < 0,05. Dengan demikian dapat diputuskan ada

hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Tabel 8. Tabulasi Silang Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia

		Kejadian anemia		Jumlah	P Value
		Tidak anemia	Anemia		
Asupan Zat Besi	Cukup	33	7	40	0,001
	Kurang	16	18	34	
Total		49	25	74	

Sumber: Data primer 2023

Berdasarkan hasil uji chi-square pada tabel 8. diatas diperoleh nilai *p value* (0,001) < 0,05. Dengan demikian dapat diputuskan ada hubungan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri

Hasil Uji Multivariat

Tabel 9. Hasil Uji Regresi Logistik Variabel Yang Paling Berpengaruh Dengan Kejadian Anemia

No	Variabel	Nilai B	Exp(B)	95%CI	PValue
1	Pengetahuan tentang anemia	0,358	1,430	0,658-3,108	0,367
2	Pola menstruasi	2,184	8,883	2,462-32,047	0,001
3	Asupan zat besi	1,619	5,049	1,517-16,799	0,008
	Constant	-	0,088		
			2,428		

Sumber: Data primer 2023

Tabel 10. Hasil Uji Regresi Logistik Variabel Yang Paling Berpengaruh Dengan Kejadian Anemia

No	Variabel	Nilai B	Exp(B)	95%CI	P Value
1	Pola menstruasi	2,184	9,180	2,586-32,596	0,001
2	Asupan zat besi	1,619	5,342	1,616-17,656	0,008
	Constant	-	0,193		
			1,646		

Sumber: Data primer 2023

Berdasarkan hasil uji *regresi logistik* pada tabel 9. dan 10. di atas, ditemukan bahwa variabel pola menstruasi mempunyai hubungan yang bermakna ($p=0,001<0,05$). Hal ini berarti remaja putri yang memiliki pola menstruasi tidak normal berpengaruh 9,180 kali terhadap kejadian anemia dibandingkan remaja putri yang memiliki pola menstruasi normal dan variabel Asupan Zat besi mempunyai hubungan bermakna ($p=0,008<0,005$). Hal ini berarti remaja putri yang kurang asupan zat besi berpengaruh 5,342 kali terhadap kejadian anemia dibandingkan remaja putri yang memiliki asupan zat besi cukup. Sedangkan variabel pengetahuan anemia tidak berpengaruh signifikan terhadap kejadian anemia karena nilai P value ($0,367>0,05$)

PEMBAHASAN

Hasil penelitian terhadap 74 responden remaja putri didapati bahwa terdapat sekitar 33,78% yang mengalami anemia. 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. Cadangan besi dalam tubuh perempuan lebih sedikit dari pada pria sedangkan kebutuhan per harinya justru lebih tinggi. Seorang wanita atau remaja putri akan kehilangan sekitar 1-2 mg zat besi melalui ekskresi secara normal pada saat menstruasi (Rahayu et al, 2019). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian di SMAN 1 Manyar Gresik menunjukkan bahwa remaja putri dengan tingkat kecukupan asupan zat besi yang kurang memiliki kadar hemoglobin yang rendah sehingga menyebabkan tingginya kejadian anemia (Dieny et al , 2021).

Berdasarkan hasil uji *regresi logistic* pengetahuan tentang anemia tidak berpengaruh signifikan terhadap kejadian anemia yaitu nilai p value $0,367 > 0,05$. Berdasarkan asumsi peneliti, tidak adanya

hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia karena remaja putri yang berpengetahuan tinggi masih ada yang mengalami anemia yaitu 32,4 %, hal ini karena kebiasaan makan remaja putri, remaja putri lebih banyak yang tidak makan pada pagi hari dan hanya konsumsi jajan saja. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Melyani (2019) tidak ada hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia dengan nilai P value 0,611, dalam penelitiannya disimpulkan bahwa ada 38,9 % remaja putri yang memiliki pengetahuan dan mengalami anemia

Hasil penelitian ini didukung juga oleh penelitian Syaflindawati (2023) yang mengatakan tidak ada hubungan antara pengetahuan anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai p value 0,648. Dalam penelitian Syaflindawati disimpulkan bahwa masih ada remaja putri yang pengetahuan baik yang mengalami anemia yaitu 28,1 %, dimana remaja putri lebih memperhatikan bentuk tubuhnya sehingga konsumsi makanan yang dimakan tidak sesuai dengan kebutuhan di usia remaja Hasil penelitian pengetahuan tentang anemia tidak sesuai dengan Penelitian Kusnadi (2021) yang menyatakan terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Pada uji *multivariate* ditemukan hasil nilai p value $0,001<0,05$ menunjukkan ada pengaruh signifikan terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Dari hasil penelitian di ditemukan sebagian besar remaja yang anemia memiliki pola menstruasi dengan lama menstruasi < 3 hari yaitu 44 %, > 7 hari 12 % . Hal ini dapat disimpulkan bahwa remaja putri yang mengalami anemia lebih banyak memiliki dampak terjadinya gangguan pola menstruasi yaitu lama menstruasi sejalan dengan penelitian Suhariyati et al (2020) yang mengatakan terdapat hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia yaitu sebanyak 91,7 % remaja putri yang memiliki

pola menstruasi tidak normal yang mengalami anemia dengan nilai p value 0,000, penelitian didukung juga oleh penelitian Astuti & Kulsum (2020) yang menyatakan terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri yaitu sebanyak 30,56 % remaja putri yang memiliki pola menstruasi tidak normal yang mengalami anemia dengan nilai p value 0,001

Pada uji *multivariate* dari asupan zat besi didapatkan hasil p value $0,008 < 0,05$ menunjukkan ada pengaruh signifikan asupan zat besi terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Dari hasil penelitian ini ditemukan anemia dengan asupan zat besi yang kurang berdasarkan hasil pencatatan formulir recall 3 x 24 jam, ada beberapa diantaranya remaja putri yang konsumsi nasi saja tanpa sayur kadang dengan lauk seperti ikan, tempe, tahu goreng. Ada juga yang tidak makan pagi, dan banyak juga yang hanya mengkonsumsi jajan tanpa makanan pokok lainnya selain nasi. Sebagian besar remaja putri memiliki kebiasaan makan nasi dengan kopi sehingga mengganggu penyerapan zat besi di dalam tubuh. Penelitian ini didukung oleh teori yang mengatakan remaja putri pada masa pubertas sangat berisiko mengalami tubuh untuk percepatan pertumbuhan dan perkembangan (Kemenkes RI, 2018).

Didukung juga oleh penelitian Dieny et al, (2021) Menyatakan bahwa remaja putri dengan tingkat kecukupan asupan zat besi yang kurang memiliki kadar hemoglobin yang rendah sehingga menyebabkan tingginya kejadian anemia. Hasil penelitian Dieny et al (2021) yang dilakukan di SMAN 4 Surabaya menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki asupan zat besi kurang berisiko 8,7 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki asupan zat besi cukup

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa pola menstruasi dan asupan zat besi adalah faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja UPTD Puskesmas La'o. Berdasarkan kesimpulan tersebut penulis menyarankan kepada pihak sekolah bekerja sama dengan puskesmas setempat agar petugas puskesmas memberikan penyuluhan terkait faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia seperti penyuluhan tentang siklus menstruasi dan lama menstruasi dan penyuluhan tentang pentingnya zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangan remaja putri. Upaya itu dapat dilakukan dalam bentuk kerjasama antara pihak UKS sekolah dan Puskesmas.

DAFTAR RUJUKAN

- Astuti, D., & Kulsum, U. (2020). Pola Menstruasi Dengan Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 314.
<https://doi.org/10.26751/jikk.v11i2.832>
- Dieny, F. F., Tsani, A. F. A., & Jauharany, F. F. (2021). *Buku Bebas Anemia*.
- Hardinsyah, & Spariasi, I. D. nyoman. (2017). *Ilmu Gizi Teori dan aplikasi*. Jakarta: EGC, 2016.
- Judhiastuty Februhartanty, et al. (2019). *Gizi dan Kesehatan Remaja* (Vol. 2).
- Kemenkes RI. (2018). *pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita subur(WUS)*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Skrining Anemia Pada Remaja Putri. *JURNAL EDU Nursing*, 37. <http://journal.unipdu.ac.id>
- Melyani, A. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Sekolah SMPN 09 Pontianak Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 394–403.

KESIMPULAN

- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2019). Metode Orkes-Ku (rapor kesehatanku) dalam mengidentifikasi potensi kejadian anemia gizi pada remaja putri. In *CV Mine*.
- Rakyat NTT. (2021). *Remaja Putri Di Kabupaten Kupang Idap Anemia*. 1–12. <https://rakyatntt.com/722-remaja-putri-di-kabupaten-kupang-idap-anemia/>
- Riskesdas (2019). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. In *F1000Research* (Vol. 10, p. 126).
- Suhariyati, S., Rahmawati, A., & Realita, F. (2020). Hubungan antara Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswi Prodi Sarjana Kebidanan Unissula Semarang. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(2), 195. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i2.214>
- Syaflindawati. (2023). Hubungan pengetahuan tentang anemia dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Lentera Aisyiyah*, 6(1), 732–737.
- WHO. (2021). Prevalence of anaemia in women of reproductive age (aged 15-49) (%) Location type Prevalence of anaemia in women of reproductive.