

## Factors Related to The Incidence of Anemia in Adolescents

Sri Wulandari Rahman<sup>1\*</sup>, Usman<sup>1</sup>, Fitriani Umar<sup>2</sup>, Henni Kumaladewi Kengky<sup>1</sup>

Correspondensi e-mail: [sriwulandarirahman17@gmail.com](mailto:sriwulandarirahman17@gmail.com)

<sup>1</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Parapare, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Gizi, Universitas Muhammadiyah Parapare, Indonesia

### ABSTRACT

Anemia is a condition where there is a decrease in the number of erythrocyte masses caused by a decrease in low hemoglobin levels in the blood, hematocrit, and the number of erythrocytes. Anemia is a condition in which the level of hemoglobin (Hb) in the blood is lower than the normal value for each age group and gender, in female adolescents the normal Hb is 12-15 g/dl, and in male adolescents is 13-17g/dl. This research method is quantitative, and observational with a cross sectional approach. The population used in this study was young women at SMPN 8 Parepare totaling 99 people. The purpose of this study was to determine the factors associated with the incidence of anemia in adolescents at SMPN 8 Parepare. The results of this study indicate that there is no relationship with the incidence of anemia in adolescents at SMPN 8 Parepare, namely dietary patterns of iron intake ( $p=0.754$ ), sources of iron ( $p=0.443$ ), facilitating substances ( $p=0.805$ ), facilitating substances ( $p=0.805$ ), = 0.651). The level of knowledge ( $p=0.887$ ), menstruation ( $p=0.857$ ), and there is a relationship between adherence to consumption of Fe tablets (0.026) and the incidence of anemia in adolescents. Suggestions for this study are that young women at SMPN 8 Parepare in the future are expected to be able to make efforts to prevent anemia and to increase adherence to consuming Fe tablets.

### ARTICLE INFO

Submitted: 26 August 2023

Accepted: 20 September 2023

#### Keywords :

Anemia; Diet; Knowledge level; Menstruation; Compliance, Adolescents

## Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja

### ABSTRAK

Anemia adalah keadaan dimana terjadinya penurunan jumlah masa eritrosit dikarenakan adanya penurunan kadar hemoglobin yang rendah dalam darah,, hematocrit dan hitung eritrosit. Anemia yaitu suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk setiap kelompok umur dan jenis kelamin, pada wanita remaja Hb normal adalah 12-15 g/dl dan pria remaja adalah 13-17g/dl. Metode penelitian ini adalah kuantitatif, observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMPN 8 Parepare berjumlah 99 orang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare adalah pola makan intake zat besi ( $p=0,754$ ), sumber zat besi ( $p=0,443$ ), zat pelancar ( $p=0,805$ ), zat pelancar ( $p=0,651$ ). Tingkat pengetahuan ( $p=0,887$ ), menstruasi ( $p=0,857$ ), dan ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe (0,026) dengan kejadian anemia pada remaja. Saran pada penelitian ini Remaja putri di SMPN 8 Parepare kedepannya diharapkan bisa

#### Kata Kunci:

Anemia; Pola makan; Tingkat pengetahuan; Menstruasi; Kepatuhan, Remaja

---

melakukan upaya pencegahan terjadinya anemia serta dapat meningkatkan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe.

---

DOI: <https://doi.org/10.52742/jgkp.v4i2.177>

---

## Pendahuluan

Saat ini terdapat empat masalah gizi remaja yang utama di Indonesia yaitu Kekurangan Energi Protein (KEP), Anemia Gizi Besi (AGB), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKI), dan Kekurangan Vitamin A (KVA). Dari masalah gizi tersebut yang paling sering terjadi pada remaja yaitu Anemia Gizi Besi (AGB) (Harahap 2018). Anemia pada remaja khususnya remaja putri dapat beresiko terjadinya gangguan fungsi fisik serta mental dan juga dapat meningkatkan resiko terjadinya gangguan pada saat hamil nantinya (Erawati 2020).

Anemia yaitu suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk setiap kelompok umur dan jenis kelamin, pada wanita remaja Hb normal adalah 12-15 g/dl dan pria remaja adalah 13-17g/dl (Tahji 2022). Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, haid, atau terlambat makan (Pengetahuan et al. 2019). *Worldwide Prevalence Anemia* menunjukkan bahwa total keseluruhan penduduk dunia yang menderita anemia sebanyak 1,62 miliar orang dengan prevalensi anak sekolah yaitu 25,4% dan menyatakan bahwa 305 juta anak sekolah diseluruh dunia menderita anemia (Yumni and Dewi 2021).

Data Riskesdas 2018 proporsi anemia pada perempuan 27,2 % lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki yaitu 20,3%. Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32% (Adiyani, Heriyani, and Rosida n.d.) (Usman and Dewie 2021). Pada tahun 2017 prevalensi anemia di Sulawesi Selatan yaitu 13,4%. Sedangkan pada Dinas kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan jumlah remaja putri yang mengalami anemia sebesar 33,7% (Profil Kesehatan Sulawesi Selatan) (Change et al. 2021). Salah satu kota di Sulawesi Selatan yakni kota Parepare tahun 2016 sebanyak 671 anemia (Suriah et al. 2018). Kejadian anemia tidak terlepas dari masalah kesehatan lainnya, bahkan dampaknya dinilai sebagai masalah yang sangat serius terhadap kesehatan masyarakat (Erawati 2020). Anemia memberikan dampak yang sangat besar bagi remaja, antara lain : penurunan imunitas, konsentrasi dan prestasi belajar dan kebugaran remaja.

Pola makan yang kurang baik akan menyebabkan anemia karena makanan berfungsi untuk memelihara kesehatan tubuh melalui manfaat zat-zat gizi yang terkandung di dalamnya (Rosanti et al. 2022). Makanan yang mengandung sumber zat besi yang yaitu tempe, kentang, kacang kedelai, dan hati, sedangkan makanan penghambat penyerapan zat besi yaitu teh, coklat, dan olahan gandum (Dwi Ramadhanti et al. 2021). Tingkat pengetahuan pada remaja putri juga dapat mempengaruhi terjadinya anemia, karena pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku dan juga pola hidup dan kebiasaan makan. Kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda – tanda, dampak, dan pencegahannya yang akan mengakibatkan remaja mengkonsumsi makanan mengandung zat besi yang sedikit sehingga zat besi pada remaja tidak dapat terpenuhi (Aswir and Misbah 2018). Pada remaja perempuan, adanya siklus menstruasi merupakan salah satu faktor resiko anemia. Ketika menstruasi berlangsung, zat besi yang menjadi salah satu komponen sel darah merah ikut terbuang. Remaja perempuan yang sedang menstruasi rata-rata kehilangan zat besi dalam darah  $\pm 0,56$  mg/hari setiap siklus menstruasi (Di, Muhammadiyah, and Tahun 2019).

Hasil observasi awal di UPTD Puskesmas Lompoe Kota Parepare yaitu jumlah pemberian tablet tambah darah (TTD) di wilayah kerja Puskesmas Lompoe yaitu terdapat 2 Sekolah

Menengah Pertama yang mendapatkan pemberian tablet tambah darah (TTD) yaitu SMPN 8 Parepare dan SMP 11 Parepare. Hasil pemeriksaan yang dilakukan pada 10 orang siswi di SMPN 8 Parepare didapatkan 4 orang siswa yang mengalami anemia dan mempunyai keluhan pandangan berkunang-kunang terutama bila bangkit dari duduk, lemah dan kurang konsentrasi. Berdasarkan data di atas, adapun permasalahan yang ada yakni ingin mengetahui hubungan pola makan, pengetahuan, menstruasi dan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada siswi di SMPN 8 Parepare.

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode *observational* dengan pendekatan *cross sectional, study* untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja. Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 8 Parepare selama 1 bulan yaitu pada bulan Maret-Juli 2023. Populasi pada penelitian ini terdiri dari siswi di SMPN 8 Parepare kelas VIII sebanyak 56 siswi dan kelas IX 43 siswi. Jumlah Populasi yaitu 99 siswi. Penelitian ini menggunakan sampel penuh atau *Total Sampling*, sehingga jumlah sampel penelitian sama dengan jumlah populasi yakni 99 orang.

Data primer yaitu berupa data kadar hemoglobin diperoleh melalui pengukuran yang dilakukan menggunakan HB meter. Data pola makan diperoleh melalui wawancara menggunakan form recall 24 jam dan FFQ. Anemia dengan kriteria objektif dikatakan anemia jika kadar hemoglobin  $\geq 12$  g/dl dan tidak anemia jika kadar hemoglobin  $< 12$  g/dl. Pada asupan pola makan *intake zat besi* dikatakan cukup apabila asupan zat besi (Fe)  $\geq 77,7\%$  AKG dan dikatakan kurang jika asupan zat besi (Fe)  $< 77,7\%$  AKG, sedangkan pada konsumsi pelancar dan penghambat zat besi dikatakan sering jika frekuensi konsumsi  $\geq 3-6$  kali/minggu dan dikatakan jarang jika frekuensi konsumsi  $< 2-4$  kali/minggu. Menstruasi dikatakan teratur jika volume darah sekitar 20-80 ml/hari dan dikatakan tidak teratur jika volume darah  $< 20-80$  ml/hari. Pada tingkat kepatuhan konsumsi table Fe dikatakan patuh apabila mengkonsumsi 1 tablet Fe/minggu (4 tablet/bulan) dan dikatakan tidak patuh apabila tidak mengkonsumsi 1 tablet Fe/minggu (4 tablet/bulan). Sedangkan pada tingkat pengetahuan terdapat 13 pertanyaan dengan skor benar 1 dan salah 0, dengan kriteria dikatakan cukup jika skor jawaban responden  $\geq 50\%$  dan kurang jika skor jawaban responden  $< 50\%$ .

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dalam penelitian ini adalah, pola makan, pengetahuan, dan menstruasi pada siswi SMPN 8 Parepare, sedangkan analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara variabel maka digunakan *uji chi square* jika memenuhi syarat (nilai *expected*  $< 5$  maksimal 20%) jika tidak maka digunakan *uji fisher exact test*. untuk menilai besar hubungan antara faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare.

## Hasil

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur rata-rata responden berumur 13 tahun sebanyak 54 (54,5%) responden, dan yang berumur 15 tahun sebanyak 6 (6,1%). Berdasarkan kelas yaitu rata-rata responden kelas VIII sebanyak 56 (56,6%) responden. Rata-rata pendidikan orang tua responden yaitu SMA/Sederajat sebanyak 54 (54,5%), dan yang berpendidikan SD/Sederajat yaitu 19 (19,2%). Rata-rata pekerjaan orang tua tua responden yaitu wiraswasta 59 (59,6), dan paling sedikit bekerja sebagai petani yaitu sebanyak 11 (11,1%).

**Tabel 1. Karakteristik Responden Remaja di SMPN 8 Parepare**

Karakteristik	n	%
<b>Umur (Tahun)</b>		
13	54	54,5
14	39	39,4
15	6	6,1
<b>Kelas</b>		
VIII	56	6,6
IX	43	43,4
<b>Pendidikan Ibu</b>		
SD/Sederajat	19	19,2
SMP/Sederajat	18	18,2
SMA/Sederajat	54	54,5
Perguruan Tinggi	8	8,1
<b>Pekerjaan Ayah</b>		
Pegawai/ PNS	14	14,1
Tentara/Polisi	3	3,0
Wiraswasta	59	59,6
Buruh	12	12,1
Petani	11	11,1
<b>Jumlah</b>	99	100,0

Berdasarkan tabel 2 food frekuensi pada remaja di SMPN 8 Parepare menunjukkan bahwa sumber zat besi yang sering dikonsumsi responden adalah kangkung (26,5), ikan (28,8), dan tempe (25,5) dikonsumsi 1x sehari. Zat pelancar yang sering dikonsumsi adalah pisang (24,2), pepaya (21,5), dan apel (21,9) dikonsumsi 3-6x sehari. Dan zat penghambat yang sering dikonsumsi adalah teh (30,2), coklat (18,6), susu (14,1) dan kopi (11,7) dikonsumsi 1x sehari.

**Tabel 2. Konsumsi Bahan Makanan Sumber Zat Besi, Pelancar, dan Penghambat Remaja di SMPN 8 Parepare**

Makanan yang dikonsumsi	>1 x Sehari	1 x sehari	3-6 x sehari	Jarang 1-2 x/minggu	Tidak pernah	Total	Skor rata-rata	
Skor	50	25	15	10	0			
<b>Sumber Zat Besi</b>								
Bayam	S	1600	875	195	160	0	2830	28,5
	N	32	35	13	16	3	99	
Kangkung	S	1100	1150	240	140	0	2630	26,5
	N	22	46	16	14	1	99	
Ikan	S	1500	1100	120	140	0	2860	28,8
	N	30	44	8	14	3	99	
Daging	S	850	450	75	500	0	1875	18,9
	N	17	18	5	50	9	99	
Ayam	S	1100	950	105	280	0	2435	24,5
	N	22	38	7	28	4	99	
Tempe	S	1100	1000	285	140	0	2525	25,5
	N	22	40	19	14	4	99	
Hati	S	500	125	15	320	0	960	9,6
	N	10	5	1	32	50	99	
Telur	S	1000	600	90	340	0	2030	20,5
	N	20	24	6	34	15	99	
<b>Zat Pelancar</b>								

Makanan yang dikonsumsi	Skor	>1 × Sehari	1 × sehari	3-6 × sehari	Jarang 1-2 ×/minggu	Tidak pernah	Total	Skor rata-rata
jeruk	S	1850	175	120	340	0	2485	25,1
	N	37	7	8	34	13	99	
Semangka	S	1300	500	105	370	0	2275	22,9
	N	26	20	7	37	9	99	
Melon	S	1400	200	135	350	0	2085	21,0
	N	28	8	9	35	19	99	
Apel	S	1100	600	180	290	0	2170	21,9
	N	22	24	12	29	12	99	
Pisang	S	1300	450	435	220	0	2405	24,2
	N	26	18	29	22	4	99	
Pepaya	S	1100	500	195	340	0	2135	21,5
	N	22	20	13	34	10	99	
Kurma	S	850	200	90	370	0	1510	15,2
	N	17	8	6	37	31	99	
Alpukat	S	1100	125	15	360	0	1600	16,1
	N	22	5	1	36	35	99	
<b>Zat Penghambat</b>								
Teh	S	2050	700	30	210	0	2990	30,2
	N	41	28	2	21	7	99	
Kopi	S	550	200	90	320	0	1160	11,7
	N	11	8	6	32	42	99	
Coklat	S	900	375	120	450	0	1845	18,6
	N	18	15	8	45	13	99	
Susu	S	550	350	105	400	0	1405	14,1
	N	11	14	7	40	27	99	

Sumber : Data Primer 2023

Keterangan : N = Jumlah; S = Skor

Tabel 3 Menunjukkan bahwa distribusi anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare diketahui bahwa jumlah tidak anemia sebanyak 71 (71,7%) responden dan jumlah anemia sebanyak 28 (28,3%) responden. Pola makan pada remaja di SMPN 8 Parepare diketahui bahwa intake zat besi yang mencukupi sebanyak 13 (13,1%) responden dan jumlah intake zat besi yang kurang sebanyak 86 (86,9%) responden. Responden yang sering mengkonsumsi makanan sumber zat besi sebanyak 40 (40,4%) responden. Yang sering mengkonsumsi zat pelancar yaitu sebanyak 37 (37,4%) responden dan yang sering mengkonsumsi zat penghambat yaitu sebanyak 53 (53,5%) responden. Tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare menunjukkan bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup sebanyak 59 (59,6%) responden dan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 40 (40,4%). Tingkat kerutinan menstruasi pada remaja di SMPN 8 Parepare diketahui bahwa responden yang mengalami menstruasi normal sebanyak 65 (65,7%) responden, dan yang tidak normal sebanyak 34 (34,3%) responden. Dan tingkat kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe pada remaja di SMPN 8 Parepare diketahui bahwa responden yang patuh sebanyak 53 responden dengan persentase 53,5% dan yang tidak patuh sebanyak 46 responden dengan persentase 46,5%.

**Tabel 3. Distribusi Variabel Anemia Pada Remaja di SMPN 8 Parepare**

Variabel	n	%
<b>Anemia</b>		
Tidak anemia	71	71,7
Anemia	28	28,3
<b>Pola makan (Intake Zat Besi)</b>		
Cukup	13	13,1
Kurang	86	86,9
<b>Sumber Zat Besi</b>		
Sering	40	40,4
Jarang	59	59,6
<b>Zat Pelancar</b>		
Sering	37	37,4
Jarang	62	62,6
<b>Zat Penghambat</b>		
Sering	53	53,5
Jarang	46	46,5
<b>Tingkat Pengetahuan</b>		
Cukup	59	59,6
Kurang	40	40,4
<b>Menstruasi</b>		
Normal	65	65,7
Tidak Normal	34	34,3
<b>Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe</b>		
Tidak Patuh	46	46,5
Patuh	53	53,5
<b>Jumlah</b>	<b>99</b>	<b>100,0</b>

**Tabel 2 Distribusi Hubungan Variabel Independen dengan Kejadian Anemia Pada Remaja di SMPN 8 Parepare**

Variabel	Kejadian Anemia				Total		p-value
	Anemia		Tidak Anemia		n	%	
	n	%	n	%			
<b>Intake Zat Besi</b>							
Kurang	25	29,1	61	70,9	86	100,0	0,754
Cukup	3	23,1	10	76,9	13	100,0	
<b>Sumber Zat Besi</b>							
Sering	13	32,5	27	67,5	40	100,0	0,443
Jarang	15	25,4	44	74,6	59	100,0	
<b>Zat Pelancar</b>							
Sering	11	29,7	26	70,3	37	100,0	0,805
Jarang	17	27,4	45	72,4	62	100,0	
<b>Zat Penghambat</b>							
Sering	16	30,2	37	69,8	53	100,0	0,651
Jarang	12	26,1	34	73,8	46	100,0	
<b>Tingkat Pengetahuan</b>							
Kurang	11	27,5	29	72,5	40	100,0	0,887
Cukup	17	28,8	42	71,2	59	100,0	
<b>Menstruasi</b>							
Tidak normal	10	29,4	24	70,6	34	100,0	0,857
Normal	18	27,7	47	72,3	65	100,0	

Variabel	Kejadian Anemia				Total		p-value
	Anemia		Tidak Anemia		n	%	
	n	%	n	%			
<b>Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe</b>							
Tidak patuh	18	39,1	28	60,9	46	100,0	0,026
Patuh	10	18,9	43	81,1	53	100,0	
<b>Jumlah</b>					<b>99</b>	<b>100,0</b>	

Tabel 4 menunjukkan remaja yang mengalami anemia 29,1% memiliki intake zat besi kurang sedangkan yang tidak anemia 70,9% memiliki intake zat besi kurang. Hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai  $p=0,655 > \alpha (0,05)$  sehingga tidak ada hubungan intake zat besi dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare. Remaja yang mengalami anemia sebanyak 32,5% yang sering mengkonsumsi sumber zat besi sedangkan yang tidak anemia sebanyak 67,5%. Hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai  $p=0,443 > \alpha (0,05)$  sehingga tidak ada hubungan konsumsi sumber zat besi kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare. Remaja yang mengalami anemia 29,7% yang mengkonsumsi zat pelancar sedangkan yang tidak anemia sebanyak 70,3%. Hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai  $p=0,805 > \alpha (0,05)$  sehingga tidak ada hubungan konsumsi zat pelancar dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare. Remaja yang anemia sebanyak 30,3% yang sering mengkonsumsi zat penghambat sedangkan yang tidak anemia sebanyak 69,8%. Hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai  $p=0,651 > \alpha (0,05)$  sehingga tidak ada hubungan konsumsi zat penghambat dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare.

## Pembahasan

### Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia di SMPN 8 Parepare

Hasil penelitian yaitu tidak ada hubungan pola makan dengan kejadian anemia di SMPN 8 Parepare karena peneliti hanya meneliti jumlah intake zat besi, pelancar dan penghambat zat besi yang dikonsumsi oleh responden tanpa melihat asupan lain, protein, vitamin C dan asam folat. Akan tetapi, dalam aplikasi NutriSurvey dapat dilihat juga asupan zat – zat lain yang sudah dikonsumsi oleh responden seperti protein, vitamin c dan asam folat serta responden mayoritas yang pola makan tidak baik namun tdk anemia dikarenakan atuh mengkonsumsi tablet Fe yang rutin diberikan setiap seminggu sekali oleh pihak puskesmas terdekat.

Remaja memiliki banyak kegiatan seperti sekolah dari pagi hingga siang, diteruskan dengan kegiatan yang lainnya seperti les atau kegiatan tambahan. Kesibukan yang dilakukan oleh seorang remaja putri membuat responden tidak sempat makan apalagi memikirkan komposisi dan kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Kejadian anemia dapat disebabkan oleh faktor lain. Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kejadian anemia yaitu cacangan, dan penyakit genetik (Aditya et al. 2021). Responden yang pola makan tidak baik lebih banyak yang tidak mengalami anemia dibandingkan yang mengalami anemia. Kemudian pada responden yang memiliki pola makan baik lebih banyak yang tidak anemia dibandingkan yang anemia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Putera (2020) yang disimpulkan bahwa tidak ada hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 18 Banjarmasin. Karena Pola makan yang tidak baik lebih banyak yang tidak mengalami anemia dibandingkan yang mengalami anemia. Kemudian pada responden yang memiliki pola makan baik lebih banyak yang tidak anemia dibandingkan yang anemia (Satyagraha et al. 2020).

Penelitian Fransiska (2021) terkait hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo mengemukakan bahwa tidak adanya hubungan antara pola makan dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri. Pola makan yang tidak baik merupakan faktor anemia, sedangkan kualitas makanan yang baik dan jumlah makanan yang seharusnya dimakan akan mempengaruhi kesehatan tubuh yang optimal (Aditya et al. 2021).

### **Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja di SMPN 8 Parepare**

Hasil penelitian ini mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik dikarenakan pengetahuan mengenai anemia defisiensi besi dapat diperoleh dari berbagai sumber oleh karena itu dalam penelitian ini mengemukakan bahwa tidak ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare. Meskipun demikian kejadian anemia paling banyak pada remaja putri dengan tingkat pengetahuan kurang. Responden yang memiliki pengetahuan kurang disebabkan karena mereka lebih banyak bermain game dari pada belajar, kurangnya informasi anemia dari pelayanan kesehatan, guru, dan orang tua responden.

Penelitian Israwati Waelan, Devi Savitri Effendy (2020) juga mengemukakan bahwa tidak ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 8 Kendari (Waelan, Effendy, and Harleli 2020). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Afifah (2015) yang menunjukkan bahwa Responden di 3 SMA Kota Yogyakarta dari 64 (100%) yang memiliki pengetahuan baik, 18 (28,1%) diantaranya mengalami anemia, dan 46 (71,9%) tidak mengalami anemia. Hasil uji chi square menunjukkan Nilai  $\chi^2 = 0,928$  dengan dk 1 (3,841). Nilai p-value 0,335 (p) (Di and Kota 2015). Penelitian Novi (2023) juga menunjukkan bahwa responden yang mengalami anemia yaitu paling banyak dengan tingkat pengetahuan kurang sebesar 31 responden (20,95%). Analisis Chi-Square menunjukkan tidak terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri dimana didapatkan p value 0,116 ( $p > 0,05$ ) (Aryanti et al. 2023).

### **Hubungan Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja di SMPN 8 Parepare**

Pola menstruasi adalah serangkaian proses menstruasi meliputi siklus menstruasi, lama menstruasi, dan banyaknya darah yang keluar saat menstruasi. Siklus haid pada wanita umumnya terjadi selama 21-35 hari, lamanya 2-8 hari dan volume darahnya sekitar 40-80 ml (2-6 kali ganti pembalut). Selain itu faktor penyebab menstruasi menjadi normal antara lain : tidak adanya beban pikiran (stress), gizi yang seimbang, tidak sedang menyusui, tidak menggunakan alat kontrasepsi, tidak adanya tanda penyakit, tidak perimenopause dan tidak adanya gangguan tiroid. Pada penelitian ini mengemukakan bahwa tidak ada hubungan antara menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare. Dikarenakan responden yang mengalami menstruasi mayoritas patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe sehingga tercukupi zat besi dalam tubuh mereka, serta mayoritas responden dengan menstruasi tidak normal tidak mengalami anemia karena makanan yang dikonsumsi memiliki kandungan zat besi yang baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Andriani (2015) menunjukkan bahwa hasil uji statistik hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pesantren Teknologi Riau Tahun 2019 menunjukkan bahwa hitung  $t <$  tabel yaitu : ( 3,361 < 3,841 ) sehingga  $H_0$  diterima artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja (Stikes et al. 2015). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Yunarsih (2014) dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan antara



pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas VII di SMPN 6 Kediri yang ditunjukkan dengan nilai  $p=0,4 > \alpha=0,1$  (Waelan et al. 2020).

### **Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja di SMPN 8 Parepare**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare, karena mayoritas remaja yang mengalami anemia tidak patuh dan tidak rutin mengkonsumsi tablet Fe yang diberikan setiap seminggu sekali. Remaja putri pada masa pubertas sangat berisiko mengalami anemia gizi besi. Hal ini disebabkan banyaknya zat besi yang hilang selama menstruasi. Selain itu diperburuk oleh kurangnya asupan zat besi, dimana zat besi pada remaja sangat dibutuhkan tubuh untuk percepatan pertumbuhan dan perkembangan. Anemia defisiensi besi dapat menimbulkan dampak pada remaja putri antara lain cepat lelah, menurunkan daya tahan tubuh terhadap penyakit infeksi, menurunkan kebugaran tubuh, menurunkan konsentrasi dan prestasi belajar. Selain itu dapat juga menurunkan sistem kekebalan tubuh serta mengganggu pertumbuhan fisik. Anemia defisiensi besi pada masa remaja bukan saja menurunkan produktivitas tetapi pada gilirannya menggiring remaja putri pada kondisi anemia di masa kehamilan nanti.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Asiyah 2023) menunjukkan bahwa dari 54 responden yang patuh minum tablet tambah darah sebanyak 6 siswi (26%) yang mengalami anemia dan dari 19 siswi yang tidak patuh minum tablet tambah darah sebanyak 17 siswi (74%) mengalami anemia. Berdasarkan hasil uji statistik uji chi-square diketahui  $P\text{-value} = < 0,001$ , maka  $H_a$  diterima berarti ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Sunan Giri Desa Mulung Kecamatan Driyorejo Kabupaten Gresik Tahun 2022 (Asiyah 2023). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Fathony Z, 2022) dengan menarik kesimpulan berdasarkan hasil uji analisis chi-square dengan 0,05, sehingga menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Ma'arif Desa Terrak, Kecamatan Tlanakan, Kabupaten Pamekasan. (Fathony Z, 2022)

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pada hubungan pola makan, pengetahuan, dan menstruasi terhadap kejadian anemia tidak memiliki hubungan, sedangkan pada tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare terdapat hubungan. Dari hasil kesimpulan tersebut maka peneliti memberi saran untuk peneliti selanjutnya, bahwa diharapkan bisa melakukan Upaya pencegahan terjadinya anemia dengan memperbaiki pola makan dan mulai memilih jenis makanan yang beragam, dan disarankan juga untuk dapat menambah kepatuhan minum tablet Fe melalui dukungan dari guru atau walikelas dan melakukan kolaborasi dengan orang tua siswa agar memberikan dukungan untuk minum tablet Fe satu minggu sekali agar menekan kejadian anemia pada remaja

### **Daftar Pustaka**

Aditya, Fransiska, Yuliyarti Dewi, Program Studi, Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, and Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2021. "Hubungan Pola Makan Dan Asupan Protein Dengan Kejadian Suspek Anemia Pada Remaja Putri Di Kabupaten Sukoharjo."

- Adiyani, Khalilah, Farida Heriyani, and Lena Rosida. 2018. "Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA PGRI 4 Banjarmasin." *Homeostasis* 1(1):1-7. doi: 10.20527/ht.v1i1.459.
- Aryanti, Novi, Ummu Kalsum, Justiyulfa Syah, and Husnul Khatimah. 2023. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kecamatan Galesong Selatan Kabupaten Takalar." 2(1):1-8.
- Asiyah, Siti. 2023. "Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Dan Kejadian Anemia Pada Remaja." *Spikesnas STIKES Karya Husada* 2 (1), 486-492.
- Aswir, and Hasanul Misbah. 2018. "Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Muhammadiyah Gubug Kabupaten Grobogan." *undergraduate, Universitas Muhammadiyah Semarang.*
- Dwi Ramadhanti, Suci, Priyo Sulistiyono, 2021. "Pangan Sumber, Pemacu, Dan Penghambat Zat Besi Pada Ibu Hamil Anemia." *Nutrition and Food Science Application Journal* 1(1):1.
- Erawati. 2020. "P Ola M Enstruasi D Engan T Erjadinya a Nemia P Ada R Emaja." *Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 11(2):314-27.
- Harahap, Novy Ramini. 2018. "Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri." *Nursing Arts* 12(2):78-90. doi: 10.36741/jna.v12i2.78.
- Handayani, Eka Yuli, and Heny Sepduwiana. 2019. "Hubungan Pengetahuan Remaja Dan Pendidikan Ibu Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 02 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu." *Jurnal Martenity and Neonatal* 2(7):466-74.
- Rosanti, Ayu, Catur Yulinawati, Nelli Roza, and Andi Wilda Arianggara. 2022. "Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Bulang Kota Batam." *Jurnal Info Kesehatan* 12(2):509-13.
- Putera, Krishna Satyagraha Kusuma, Meitria Syahadatina Noor, and Farida Heriyani. 2020. "Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Di SMP Negeri 18 Banjarmasin 2019/2020." *Homeostasis* 3(2):217-22. doi: 10.20527/ht.v3i2.2265.
- Andriani, Andriani. 2021. "Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di Pesantren Teknologi Riau." *Health Care Media* 5(1):23-28
- Suriah, Suriah, Citrakesumasari Citrakesumasari, Awaluddin Awaluddin, and Ahmad Yani. 2018. "Edukasi Bagi Calon Pengantin Tentang Anemia Gizi Dan Kurang Energi Kronik Di Kota Parepare." *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion* 1(1):25-31. doi: 10.31934/mppki.v1i1.133.
- Tahji, A. T. K. ., Firdausi I. ., Koroy T. R. 2022. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Kecamatan Panyipatan Kabupaten Tanah Laut." *Jurnal Wawasan Kesehatan* 1(1):58-71.
- Usman, Hastuti, and Artika Dewie. 2021. "Pemberian Sari Kacang Hijau Dan Tablet Tambah Darah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri." 3:183-90. doi: 10.33860/jbc.v3i4.509.
- Waelan, Israwati, Devi Safitri Effendy, and Harleli Harleli. 2022. "Hubungan Antara Pengetahuan Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Sman 8 Kendari Tahun 2020." *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia* 1(3):114-20. doi: 10.37887/jgki.v1i3.23398.
- Yumni, Dhiya, Yusnaini Yusnaini, and Dewi Dewi. 2021. "Literatur Review: Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Anak Usia Sekolah." *NASUWAKES: Jurnal Kesehatan Ilmiah* 14(1):28-34.