



**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN  
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH GUBUG  
KABUPATEN GROBOGAN**



**OLEH :**  
**Amalia Qori Anindita**  
**G2A014008**

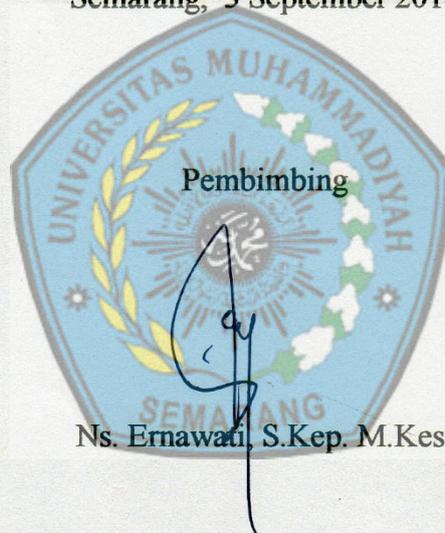
**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG  
2018**

PERNYATAAN PERSETUJUAN MANUSCRIPT  
DENGAN JUDUL

**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN  
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH GUBUG  
KABUPATEN GROBOGAN**

Telah diperiksa dan disetujui untuk dipublikasikan

Semarang, 3 September 2018



# FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH GUBUG KABUPATEN GROBOGAN

Amalia Qori Anindita<sup>1</sup>, Ernawati<sup>2</sup>

1. Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Fikkes UNIMUS ( [gorinindi18@gmail.com](mailto:gorinindi18@gmail.com) )
2. Dosen Keperawatan Fikkes UNIMUS ( [Ernamisno@yahoo.com](mailto:Ernamisno@yahoo.com) )

## Abstrak

Kekurangan zat besi merupakan penyebab anemia yang paling utama pada remaja putri. Anemia akibat kekurangan zat besi dalam jangka waktu yang cukup panjang pada remaja putri akan menyebabkan tidak dapat terpenuhinya zat – zat gizi. Anemia pada remaja putri bisa disebabkan karena faktor langsung dan tidak langsung. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah Gubug Kabupaten Grobogan. Metode penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Responden penelitian ini remaja putri di SMA Muhammadiyah Gubug Kabupaten Grobogan yaitu sejumlah 87 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *proporsional stratified random sampling* dengan jumlah 71 responden. Hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara IMT dengan kejadian anemia ( $p=0,04$ ), tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian anemia ( $p=0,481$ ), ada hubungan yang bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia ( $p=0,000$ ), ada hubungan yang bermakna antara konsumsi zat besi dengan kejadian anemia ( $p=0,000$ ). Berdasarkan hasil tersebut maka remaja putri seharusnya memperhatikan konsumsi makanannya terutama untuk makanan dengan kandungan zat besi karena dapat mencegah kejadian anemia terutama saat terjadi siklus menstruasi.

Kata kunci : Anemia, IMT, Pengetahuan, Pola menstruasi, Zat Besi.

---

## Factors Related to the incidence of Anemia in Young Women in Muhammadiyah High School at Grobogan District

### Abstract

Iron deficiency is the main cause of anemia in young women. Anemia due to iron deficiency in a sufficiently long period of time in young women will cause the nutrient to be unable to fulfill. Anemia in young women can be caused by direct and indirect factors. The purpose of this study was to analyze the factors associated with the incidence of anemia in young women in Muhammadiyah High School, Grobogan District. The design of this study was descriptive analytic with a cross sectional approach. The respondents of this study were young women in Muhammadiyah Gubug High School, Grobogan Regency, which amounted to 87 people. The sampling technique used was proportional stratified random sampling with the number of 71 respondents. The results showed that there was a significant relationship between BMI and the incidence of anemia ( $p=0,041$ ), there was no significant correlations between knowledge and the incidence of anemia ( $0,481$ ), there was a significant correlation between menstrual patterns and the incidence of anemia ( $p=0,000$ ), there was a significant correlation between iron consumption and the incidence of anemia ( $p=0,000$ ). Based on these results, young women should pay attention to the consumption of food, especially for foods with iron content because it can prevent the occurrence of anemia, especially during the menstrual cycle.

Keywords: anemia, BMI, knowledge, menstrual pattern, iron

---

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama di Negara berkembang, dan di perkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat, terutama pada remaja. Prevalensi anemia di Indonesia yaitu 2,7% dengan penderita anemia berumur 5 – 14 tahun sebesar 26,4% dan penderita anemia berumur 15 – 24 tahun sebesar 18,4%. Dan prevalensi anemia pada remaja putri usia 10 – 18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19 – 45 tahun sebesar 39,5%. (Kemenkes RI, 2013).

Anemia pada remaja adalah suatu keadaan kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari nilai normal. Nilai untuk anemia adalah usia 5 – 11 tahun < 11,5 g/L, usia 11 -14 tahun < 2,0 g/L, remaja diatas 15 tahun untuk anak perempuan < 12,0 g/L dan anak laki – laki < 3,0 g/L. Anemia pada remaja putri bisa disebabkan karena faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung yaitu pola menstruasi (frekuensi haid dan lamanya haid),tingkat konsumsi zat besi,penyakit kronis (TBC,Hepatitis,dll) dan faktor tidak langsung yaitu tingkat pengetahuan dan sosial ekonomi keluarga. (Martini,2015)

Menurut Arisman (2010) anemia yang di akibatkan karena kekurangan zat besi merupakan suatu keadaan di mana seseorang tidak terpenuhinya zat besi dalam tubuh. Kekurangan zat besi merupakan penyebab anemia yang paling utama pada remaja putri. Anemia akibat kekurangan zat besi dalam jangka waktu yang cukup panjang pada remaja putri akan menyebabkan tidak dapat terpenuhinya zat – zat gizi. Pada saat kehamilannya anemia maka akan mengakibatkan resiko kematian maternal, BBLR. (Hayati,2010)

Pola menstruasi (frekuensi haid dan lamanya haid) dapat menyebabkan anemia karena pada saat reamaja sedang mengalami menstruasi akan mengeluarkan cairan secara berkala dari vagina selama usia produktif, yang terjadi satu bulan sekali. Lamanya menstruasi biasanya antara 3 – 5 hari, ada yang 1 – 2 hari diikuti darah sedikit – sedikit, dan ada juga yang sampai 7 – 8 hari. Pola menstruasi yang dialami setiap remaja putri berbeda – beda. Pada umumnya remaja akan mengalami siklus menstruasi anovolatoir yaitu stimulasi dari esterogen yang berlebihan yang akan

mengakibatkan jumlah perdarahan biasanya lebih banyak dibandingkan menstruasi norma (ovulatoir). (Hapzah & Yulita,2012)

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. Lebih dijelaskan lagi sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan salah satu dominan yang paling penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*over behavior*). (FKUI,2009 dalam Riyanto 2010)

Survei yang sudah dilakukan pada tanggal 4 November 2017 di SMA Muhammadiyah Gubug Kabupaten Grobogan, jumlah siswa remaja putri kelas X dan XI adalah 87 siswi, dari jumlah tersebut kebanyakan siswi tidak mengetahui apa itu anemia,faktor dan dampak. Survei tersebut telah mendapatkan data jika dugaan terjadinya anemia di SMA Muhammadiyah Gubug Kabupaten Grobogan sangat besar. Ini adalah bukti bahwa siswi di SMA Muhammadiyah Gubug Kabupaten Grobogan belum sepenuhnya mengetahui apa saja yang bisa mengakibatkan anemia. Dari penjelasan yang sudah dijelaskan peneliti tertarik untuk meneliti di SMA Muhammadiyah Gubug Kabupaten Grobogan tentang faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

## **METODE**

Rancangan penelitian ini menggunakan deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMA Muhammadiyah Gubug Kabupaten Grobogan yaitu sejumlah 87 orang. teknik sampling yang digunakan adalah *proporsional stratified random sampling* yaitu pengambilan yang secara acak kemudian dibagi berdasarkan proporsi setiap cluster secara seimbang dengan jumlah 71 responden

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1  
Hubungan IMT dengan Kejadian anemia pada siswa putri SMA Muhammadiyah  
Gubug Tahun 2018 (n=71)

IMT	Anemia				Total	%	p
	Anemi a	%	Tidak anemia	%			
Kurus	9	39,1	14	60,9	23	100	0,041
Normal	9	25,0	27	75,0	36	100	
Gemuk	0	0,0	12	100	12	100	
Jumlah	18	25,4	53	48,8	71	100	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang IMT nya kurus sebagian besar tidak anemia yaitu sebanyak 60,9%, responden yang IMT nya normal sebagian besar tidak anemia yaitu sebanyak 75,0% dan responden yang IMT nya gemuk seluruhnya tidak anemia (100%). Hasil uji statistik menggunakan Pearson Chi Square didapatkan nilai p sebesar 0,041 sehingga dinyatakan ada hubungan yang bermakna antara IMT dengan kejadian anemia.

Tabel 2  
Hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada siswa putri SMA  
Muhammadiyah Gubug Tahun 2018 (n=71)

Pengetahuan	Anemia				Total	%	p
	Anemi a	%	Tidak anemia	%			
Kurang	5	38,5	8	61,5	13	100	0,483
Cukup	5	21,9	18	78,3	23	100	
Baik	8	22,9	27	77,1	35	100	
Jumlah	18	25,4	53	48,8	71	100	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang pengetahuannya buruk sebagian besar tidak anemia yaitu sebanyak 61,5%, responden yang pengetahuannya cukup sebagian besar tidak anemia yaitu sebanyak 78,3% dan responden yang pengetahuannya baik sebagian besar juga tidak anemia yaitu sebanyak 77,1%. Hasil uji statistik menggunakan Pearson Chi Square didapatkan nilai p sebesar 0,483 sehingga dinyatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian anemia.

Tabel 3  
 Hubungan faktor psikologis dengan pola makan pada siswa putri SMA  
 Muhammadiyah Gubug Tahun 2018 (n=71)

Pola menstruasi	Anemia				Total	%	p
	Anemia	%	Tidak anemia	%			
Normal	4	9,1	40	90,9	44	100	0,000
Tidak normal	14	51,9	13	48,1	27	100	
Jumlah	18	25,4	53	74,6	71	100	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang pola menstruasinya tidak normal sebagian besar anemia yaitu sebanyak 51,9%, dan yang pola menstruasinya normal sebagian besar tidak anemia yaitu sebanyak 90,9%. Hasil uji statistik menggunakan *continuity correction* didapatkan nilai p sebesar 0,000 sehingga dinyatakan ada hubungan yang bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia.

Tabel 4  
 Hubungan konsumsi zat besi dengan kejadian anemia pada siswa putri SMA  
 Muhammadiyah Gubug Tahun 2018 (n=71)

Zat besi	Anemia				Total	%	p
	Anemia	%	Tidak anemia	%			
Defisit dan kurang	17	53,1	15	46,9	32	100	0,000
Sedang	1	4,8	20	95,2	21	100	
Baik	0	0,0	18	100	18	100	
Jumlah	18	25,4	53	48,8	71	100	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang konsumsi zat besinya defisit dan kurang sebagian besar mengalami anemia yaitu sebanyak 53,1%, responden yang konsumsi zat besinya sedang sebagian besar tidak anemia yaitu sebesar 95,2%, dan responden yang konsumsi zat besinya baik seluruhnya tidak mengalami anemia (100%). Hasil uji statistik menggunakan Pearson Chi Square didapatkan nilai p sebesar 0,000 sehingga dinyatakan ada hubungan yang bermakna antara konsumsi zat besi dengan kejadian anemia.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Hubungan IMT dengan kejadian anemia**

Hasil penelitian menemukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara IMT dengan kejadian anemia. Berdasarkan kategori IMTnya ditemukan bahwa sebagian besar responden tidak menderita anemia pada semua kelompok IMT, namun demikian ada kecenderungan terjadi anemia pada kelompok IMT yang lebih rendah. Hal itu dibuktikan dari hasil tabulasi silang ditemukan bahwa responden yang IMT nya kurus sebagian besar tidak anemia (60,9%), responden yang IMT nya normal sebagian besar tidak anemia (75,0%) dan responden yang IMT nya gemuk seluruhnya tidak anemia (100%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sukarno, Marundu dan Pangemanan (2016) yang menemukan bahwa status gizi remaja putri berhubungan dengan kadar hemoglobinnya. Penelitian lain yang juga didukung dilakukan oleh Abidin, Supriadi dan Sumbara (2012) yang menemukan status gizi pada remaja berhubungan dengan kejadian anemia. Penelitian yang berbeda dilakukan oleh Syah Bani dan Sumarmi (2016) yang menemukan status gizi tidak berhubungan dengan kejadian anemia. Penelitian ini menjelaskan bahwa bahwa wanita dengan status gizi kurus bukan merupakan faktor resiko terjadinya anemia, namun wanita dengan status gizi kurus merupakan faktor resiko kekurangan dan penyusutan cadangan/simpanan zat besi di dalam tubuh.

### **2. Hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia**

Pengetahuan dalam penelitian ini ternyata ditemukan tidak berhubungan secara bermakna dengan kejadian anemia, yang ditunjukkan dari hasil uji Pearson Chi Squaren didapatkan nilai p sebesar 0,483 ( $>0,05$ ). Hal ini diperjelas dengan hasil tabulasi silang yang menunjukkan bahwa responden yang pengetahuannya buruk sebagian besar tidak anemia (61,5%), responden yang pengetahuannya cukup sebagian besar tidak anemia (78,3%) dan responden yang pengetahuannya baik sebagian besar juga tidak anemia (77,1%). Artinya bahwa berdasarkan pengetahuan pada setiap kelompok IMT menunjukkan kecenderungan tidak terjadi anemia, sehingga dapat dijelaskan bahwa dalam penelitian ini anemia tidak dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan responden.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amany (2015) yang menemukan bahwa pengetahuan remaja tentang anemia berhubungan secara signifikan dengan kejadian anemia dengan nilai p sebesar 0,335. Penelitian lain yang berbeda dilakukan oleh Purbadewi, Ulvie (2013) menemukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia dengan nilai p sebesar 0,000.

### **3. Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia**

Hasil penelitian ditemukan ada hubungan yang bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia, yang didasarkan pada hasil uji *continuity correction* didapatkan nilai p sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Hal ini diperkuat dari hasil tabulasi silang yang menunjukkan bahwa responden yang pola menstruasinya normal sebagian besar tidak anemia (90,9%), dan pola menstruasinya tidak normal sebagian besar anemia (51,9%). Artinya bahwa responden dengan pola menstruasi tidak normal memiliki kecenderungan mengalami anemia.

Penjelasan di atas sejalan dengan pendapat Briawan (2014) yang menyebutkan bahwa menstruasi yang dialami oleh remaja putri setiap bulannya merupakan salah satu penyebab dari anemia. Keluarnya darah dari tubuh remaja pada saat menstruasi mengakibatkan hemoglobin yang terkandung dalam sel darah merah juga ikut terbuang, sehingga cadangan zat besi dalam tubuh juga akan berkurang dan itu akan menyebabkan terjadinya anemia. (Dito, 2007)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sirait (2015) yang menemukan ada hubungan yang bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wliyati dan Riyanto (2012) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia ( $P=0,0001$ ) dan penelitian Farida (2007) yang menunjukkan ada hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri ( $P=0,0001$ ). Semakin pendek siklus menstruasi maka semakin sering frekuensi wanita mengalami menstruasi, hal ini yang dapat menyebabkan perdarahan menstruasi menjadi berlebih. Banyaknya darah yang keluar berperan pada kejadian anemia karena wanita tidak mempunyai persediaan zat besi yang cukup dan absorpsi zat besi ke dalam tubuh tidak dapat menggantikan hilangnya zat besi saat menstruasi,

dengan demikian adanya anemia pada remaja putri yang mengalami frekuensi menstruasi lebih sering disebabkan jumlah darah yang keluar secara kumulatif menjadi lebih banyak. Besarnya zat besi yang hilang pada saat menstruasi tergantung pada jumlah darah yang keluar saat periode menstruasi.

#### **4. Hubungan konsumsi zat besi dengan kejadian anemia**

Hasil penelitian menemukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara konsumsi zat besi dengan kejadian anemia yang ditunjukkan dengan uji Pearson Chi Square didapatkan nilai  $p$  sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Hal ini diperkuat dengan hasil tabulasi silang yang menemukan bahwa responden yang konsumsi zat besinya defisit dan kurang sebagian besar mengalami anemia yaitu sebanyak 53,1%, responden yang konsumsi zat besinya sedang sebagian besar tidak anemia yaitu sebesar 95,2%, dan responden yang konsumsi zat besinya baik seluruhnya tidak mengalami anemia (100%). Asrtinya bahwa responden yang konsumsi zat besinya dalam kategori kurang memiliki kecenderungan terjadi anemia, ditambah lagi bahwa responden penelitian adalah remaja putri yang setiap bulan mengalami menstruasi sehingga memperbesar resiko terjadinya anemia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kirana (2012) terdapat hubungan yang bermakna antara asupan zat besi dengan kejadian anemia ( $p=0,024$ ) di SD Inpres Kelurahan Bunaken Kota Manado. Handayani, dkk (2007) menunjukkan bahwa terdapat hubungan asupan zat besi dengan kejadian anemia pada siswi SMU Negeri I Dempet Kabupaten Demak Jawa Tengah ( $p=0,025$ ). Keterkaitan zat besi dengan kadar hemoglobin bahwa zat besi merupakan komponen utama yang memegang peranan penting dalam pembentukan darah yaitu mensintesis hemoglobin. Hemoglobin terdiri dari Fe (zat besi), protoporfirin, dan globin (1/3 berat Hb terdiri dari Fe) (Susiloningtyas, 2004). Anemia gizi besi ditunjukkan dengan kadar hemoglobin dan serum feritin yang turun di bawah nilai normal, serta naiknya transferrin receptor (TfRs). Keadaan ini ditandai dengan warna sel darah merah yang pucat (hipokromik) dan bentuk sel darah merah yang kecil (mikrositik).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan, maka disimpulkan bahwa sebagian besar IMT responden dalam kategori normal yaitu 50,7% dan yang gemuk sebanyak 16,9%. Sebagian besar pengetahuan responden adalah baik yaitu sebanyak 49,3%) dan yang kurang sebesar 18,3%. Sebagian besar pola menstruasi responden adalah normal yaitu sebanyak 62,0%, dan yang tidak normal sebesar 38,0%. Sebagian besar konsumsi zat besi adalah kurang yaitu sebanyak 32,4%, dan yang defisit sebesar 12,7%. Sebagian besar responden tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 74,6%, dan yang anemia sebesar 25,4%. Ada hubungan yang bermakna antara IMT dengan kejadian anemia. Tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian anemia. Ada hubungan yang bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia. Ada hubungan yang bermakna antara konsumsi zat besi dengan kejadian anemia

Berdasarkan hasil penelitian maka disarankan kepada Remaja putri seharusnya memperhatikan konsumsinya terutama untuk makanan dengan kandungan zat besi karena dapat mencegah kejadian anemia terutama saat terjadi siklus menstruasi.

## KEPUSTAKAAN

- Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Balitbang, Kemenkes RI.
- Martini. 2015. *Faktor – faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MAN 1 Metro*. Diunduh 20 Oktober 2017, dari <http://ppjp.unlam.ac.id/>
- Marizal. 2007. *Anemia Defisiensi Besi*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Universitas Andalas.
- Hayati, R., M. 2010. *Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Defisiensi Besi dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Reproduksi di MAL IAIN MEDAN Tahun 2009/2010*. Diunduh 20 Oktober 2017, dari <http://www.respository.usu.ac.id>
- Hapzah & Yulita. R. 2012. *Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri*. Diunduh 20 Oktober 2017, dari
- Dito, 2007, *Anemia dan Etiologi Anemia*. Bandung : Surya Medika
- Arisman. 2010. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC
- Arisman, M.B. 2004. *Gizi Klinik Tim Gizi Dr Soetomo*. Surabaya : EGC.
- Briawan, D. 2014. *Anemia Masalah Gizi Pada Remaja Wanita*. Jakarta : EGC.
- Riyanto. 2010. *Pengetahuan dan Sikap*. FKUI 2009