

Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Mattoangin

Anemia among Adolescent Females in Mattoangin Village

Eurolita Fitra Thoban*, Fatmawati Annisa Syamsudin, Anisyah Hariadi

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Bosowa

*E-mail: eurolitaf@gmail.com

Diterima: 12 Agustus 2024/Disetujui: 30 Januari 2025

Abstrak. Anemia merupakan kondisi penurunan jumlah sel darah merah dalam sirkulasi darah di bawah batas normal dan juga merupakan suatu kondisi ketika terdapat defisiensi ukuran, jumlah eritrosit atau kandungan hemoglobin yang dapat menimbulkan gejala yang sering disebut dengan 5L (lesu, letih, lemah, lelah, lalai). Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya anemia yaitu, status zat besi yang rendah karena jarang mengkonsumsi sumber makanan zat besi (heme dan non-heme), status gizi yang buruk, riwayat infeksi dan menstruasi yang berlangsung lama. Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran tingkat kejadian anemia pada remaja putri di Desa Mattoangin berdasarkan (1) status gizi (2) riwayat infeksi cacing (3) lama menstruasi (4) kebiasaan makan. Penelitian ini dilakukan terhadap 99 remaja putri di Desa Mattoangin, Kecamatan Bantimurung, Kabupaten Maros. Jenis metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan desain penelitian deskriptif observasional, menggunakan data primer berupa wawancara kuisioner dan pemeriksaan kadar HB dengan alat Easytouch GCHB. Analisis data diolah menggunakan perangkat lunak SPSS. Hasil penelitian ini menunjukkan angka kejadian anemia dan yang beresiko terkena anemia pada remaja putri di Desa Mattoangin : (1) Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar HB yang masuk dalam kategori anemia yaitu (33,3%) (2) Status gizi terbanyak adalah kategori beresiko (59,6%), (3) Berdasarkan riwayat infeksi cacing yang beresiko terkena anemia (9,1%), (4) Berdasarkan lama menstruasi yang beresiko (14,1%) (5) Berdasarkan kebiasaan makan yang beresiko (31,3%) Kesimpulan penelitian bahwa remaja putri di Desa Mattoangin banyak yang memiliki status gizi buruk dan beresiko terkena anemia.

Kata Kunci: Anemia, Status Gizi, Riwayat Infeksi Cacing, Lama Menstruasi, Kebiasaan Makan

Abstract. Anemia is a condition of decreasing the number of red blood cells in the blood circulation below normal limits and is also a condition when there is a deficiency in the size, number of erythrocytes or hemoglobin content which can cause symptoms often referred to as 5L (lethargic, tired, weak, tired, inattentive). There are several factors that can affect the occurrence of anemia, namely, low iron status due to infrequent consumption of iron food sources (heme and non-heme), poor nutritional status, history of infection and prolonged menstruation. The purpose of the study was to determine the incidence rate of anemia in adolescent females in Mattoangin Village based on (1) nutritional status (2) history of worm infection (3) length of menstruation (4) eating habits. This study was conducted on 99 adolescent females in Mattoangin Village, Bantimurung District, Maros Regency. The research method used in this study is quantitative research with descriptive observational research method with cross-sectional approach, using primary data in the form of interviews using questionnaires and examination of HB levels with Easytouch GCHB tool. Data analysis was processed using SPSS software. The results of this study showed the incidence of anemia and those at risk of anemia in adolescent females in Mattoangin Village: (1) based on the results of the examination of HB levels that fall into the anemia category, namely (33.3%) (2) The most nutritional status is the at-risk category (59.6%), (3) Based on a history of helminth infection at risk of anemia (9.1%), (4) Based on the length of menstruation at risk (14.1%) (5) Based on eating habits at risk (31.3%) The conclusion of the study is that many adolescent females in Mattoangin Village have poor nutritional status and are at risk of anemia.

Keywords: Anemia, Nutritional Status, History Worm Infection, Length Menstruation, Eating Habits



This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Pendahuluan

Usia remaja merupakan peralihan dari usia kanak-kanak ke usia dewasa yang ditandai dengan sejumlah perubahan biologis, kognitif dan psikologis (Soetjiningsih, 2013). Masa remaja merupakan masa di mana asupan nutrisi yang lebih optimal diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu masalah gizi yang sering terjadi pada masa remaja adalah anemia. Anemia adalah kondisi penurunan jumlah sel darah merah yang berfungsi membawa oksigen dalam sirkulasi darah dibawah batas normal atau mengalami penurunan untuk mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh dan juga merupakan suatu kondisi ketika terdapat defisiensi ukuran, jumlah sel darah merah atau kandungan hemoglobin. (Briawan D, 2014)

Menurut hasil Survei Kesehatan Nasional Indonesia 2013, prevalensi anemia pada anak usia 1-4, 5-14, dan 15-24 secara signifikan lebih tinggi dibandingkan survei nasional tahun 2007 yaitu masing-masing 28,1%, 26,4% dan 18,4%. Menurut data Riskeddas 2018, 32% remaja Indonesia menderita anemia yang artinya terdapat kurang lebih 7.5 juta remaja Indonesia yang

beresiko untuk mengalami anemia yang menyebabkan menurunnya capaian belajar dan kemampuan mengikuti kegiatan baik didalam atau diluar sekolah kemudian jika tidak dapat tertangani dengan baik maka akan berlanjut hingga dewasa dan saat kehamilan pun berkontribusi terhadap angka kematian ibu, lalu bayi lahir prematur dan bayi dengan berat lahir rendah. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya anemia yaitu, status zat besi yang rendah karena jarang mengkonsumsi sumber makanan zat besi (heme dan non-heme), status gizi yang buruk, riwayat infeksi dan menstruasi yang berlangsung lama (Riskedas, 2018).

Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran tingkat kejadian anemia pada remaja putri di Desa Mattoangin berdasarkan (1) status gizi (2) riwayat infeksi cacing (3) lama menstruasi (4) kebiasaan makan.

Metode Penelitian

Jenis metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan desain penelitian deskriptif observasional, menggunakan data primer berupa wawancara kuisioner dan pemeriksaan kadar HB dengan alat Easytouch GCHB.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini telah dilaksanakan di Desa Mattoangin, Kecamatan Bantimurung, Kabupaten Maros, Sulawesi Selatan. Pengumpulan data ini untuk mengetahui gambaran tingkat kejadian anemia pada remaja putri di Desa Mattoangin. Penelitian dilakukan dengan melakukan pemeriksaan kadar HB dan pengisian kuisioner dengan jumlah responden 99 orang.

1. Distribusi Angka Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Mattoangin Berdasarkan Hasil Pemeriksaan Kadar HB

Tabel 1 dibawah ini menunjukkan bahwa kadar HB responden terbanyak adalah kategori normal yaitu sebanyak 66 orang (66,7%) dan kadar HB responden paling sedikit adalah kategori anemia yaitu sebanyak 33 orang (33,3%).

Tabel 1. Distribusi angka kejadian anemia pada remaja putri di Desa Mattoangin berdasarkan hasil pemeriksaan kadar HB

HB	Frekuensi	Persentase
Anemia	33	33.3
Normal	66	66.7
Total	99	100.0

Anemia adalah kondisi penurunan jumlah sel darah merah yang berfungsi membawa oksigen dalam sirkulasi darah dibawah batas normal atau mengalami penurunan untuk mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh dan juga merupakan suatu kondisi klinis yang terjadi akibat insufisiensi kebutuhan sel darah merah, baik ukuran, jumlah eritrosit maupun kuantitas hemoglobin. (WHO, 2011). Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar HB yang dilakukan pada 99 remaja putri di Desa Mattoangin, 33 orang diantaranya masuk dalam kategori anemia dan 66 orang masuk dalam kategori normal. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan kadar hemoglobin darah tinggi atau rendah adalah penyerapan zat besi. Produksi eritrosit berjalan lancar bila nutrisi yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin terpenuhi. Menurut WHO, penyebab paling umum dari anemia adalah kekurangan gizi, terutama kekurangan zat besi, dan infeksi parasit juga berkontribusi pada terjadinya anemia (WHO,2008). Sebagian besar remaja kekurangan zat besi disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak baik seperti kurang mengkonsumsi makanan hewani yang merupakan sumber zat besi dan mudah diserap (heme iron) dan makanan nabati (non-heme iron) yang merupakan zat besi yang tinggi tetapi sulit diserap sehingga dibutuhkan porsi yang besar untuk mencukupi kebutuhan zat besi dalam seharinya. Remaja putri yang sering melakukan diet beresiko terkena anemia karena dapat menyebabkan menurunnya status gizi yang dapat mengganggu proses penyerapan zat besi kedalam tubuh. Selain itu kehilangan darah dalam periode yang lama dan banyak saat menstruasi dapat menyebabkan anemia karena menurunnya cadangan besi dalam tubuh (Briwan D, 2014).

2. Distribusi Remaja Putri Di Desa Mattoangin Yang Beresiko Terkena Anemia Berdasarkan Status Gizi

Tabel 2 dibawah menunjukkan bahwa variabel status gizi responden terbanyak adalah kategori beresiko yaitu sebanyak 59 orang (59,6%) dan status gizi responden paling sedikit adalah kategori tidak beresiko yaitu sebanyak 40 orang (40,4%).

Tabel 2. Distribusi remaja putri di Desa Mattoangin yang beresiko terkena anemia berdasarkan status gizi

Status Gizi	Frekuensi	Persentase
Beresiko	59	59.6
Tidak Beresiko	40	40.4
Total	99	100.0

Status gizi pada penelitian ini adalah keadaan status gizi pada remaja putri di Desa Mattoangin yang diketahui melalui hasil pengisian kuisioner tinggi badan dan berat badan untuk mengetahui status gizi dengan cara menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT). Berdasarkan hasil penelitian dari 99 responden, status gizi normal dan tidak beresiko terkena anemia dialami oleh 40 responden (40,4%), sedangkan status gizi tidak normal dan beresiko terkena anemia dialami sebanyak 59 responden (59,6%), dan dari 33 responden (33,3%) yang terkena anemia, 28 responden (84,84%) diantaranya memiliki status gizi tidak normal. Melalui hal ini dapat diketahui bahwa remaja putri di Desa Mattoangin masih banyak yang memiliki permasalahan

status gizi dan perlu mendapatkan perhatian. Dengan perhitungan IMT dapat diketahui apakah berat badan seseorang dapat dikatakan normal, kurus (*underweight*), atau gemuk (*overweight*). Status gizi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu aktifitas fisik, pola makan yang tidak teratur, kebiasaan jajan yang buruk seperti kesukaan yang berlebihan terhadap makanan tertentu, contohnya makanan cepat saji. Status gizi yang buruk dapat mengganggu proses penyerapan dan penyimpanan zat besi sehingga zat besi dalam tubuh menurun dan dapat menyebabkan anemia (Almatsier S, 2011).

3. Distribusi Remaja Putri Di Desa Mattoangin Yang Beresiko Terkena Anemia Berdasarkan Riwayat Infeksi Cacing

Tabel.3 dibawah menunjukkan bahwa variabel riwayat infeksi cacing responden terbanyak adalah kategori tidak beresiko yaitu sebanyak 90 orang (90,9%) dan riwayat infeksi cacing responden paling sedikit adalah kategori beresiko yaitu sebanyak 9 orang (9,1%).

Tabel 3. Distribusi remaja putri di Desa Mattoangin yang beresiko terkena anemia berdasarkan riwayat infeksi cacing

Riwayat Infeksi Cacing	Frekuensi	Persentase
Beresiko	9	9.1
Tidak Beresiko	90	90.9
Total	99	100.0

Infeksi kecacingan dapat menyebabkan anemia karena dapat mengakibatkan penurunan asupan makanan dan malabsorpsi nutrisi. Riwayat infeksi cacing pada penelitian ini diketahui berdasarkan hasil wawancara menggunakan kuisioner. Berdasarkan hasil penelitian dengan total 99 responden, menunjukkan bahwa terdapat 9 responden (9.1%) yang beresiko terkena anemia berdasarkan riwayat infeksi cacing dan 90 responden (90,9%) yang tidak beresiko terkena anemia berdasarkan riwayat infeksi cacing. Sedangkan dari 33 responden (33,3 %) yang terkena anemia, 8 responden (24,24 %) diantaranya memiliki riwayat infeksi cacing. Melalui hal ini dapat diketahui angka yang beresiko terkena anemia berdasarkan riwayat infeksi cacing pada remaja putri di Desa Mattoangin lebih rendah dibanding dengan yang tidak beresiko terkena anemia berdasarkan riwayat infeksi cacing. Berdasarkan hasil wawancara kuisioner riwayat infeksi cacing, dapat diketahui pula bahwa remaja putri di Desa Mattoangin yang menjadi responden sering melakukan perilaku hidup sehat (PHBS) seperti mencuci tangan sesuai standar WHO sebelum dan setelah makan ataupun setelah keluar dari toilet, buang air besar dan buang air kecil pada jamban yang bersih serta rajin menggantung kuku dan mengkonsumsi obat cacing (Bain BJ, 2015).

4. Distribusi Remaja Putri Di Desa Mattoangin Yang Beresiko Terkena Anemia Berdasarkan Lama Menstruasi

Tabel.4 dibawah menunjukkan bahwa variabel lama menstruasi responden terbanyak adalah kategori tidak beresiko yaitu sebanyak 85 orang (85,9%) dan lama menstruasi responden paling sedikit adalah kategori beresiko yaitu sebanyak 14 orang (14,1%).

Tabel 4. Distribusi remaja putri di Desa Mattoangin yang beresiko terkena anemia berdasarkan lama menstruasi

Lama Menstruasi	Frekuensi	Persentase
Beresiko	14	14.1
Tidak Beresiko	85	85.9
Total	99	100.0

Kehilangan darah dalam periode yang lama dan banyak saat menstruasi dapat menyebabkan anemia karena menurunnya cadangan besi dalam tubuh. Lama menstruasi pada remaja putri di Desa Mattoangin diketahui melalui hasil wawancara menggunakan kuisioner. Berdasarkan hasil penelitian dengan total responden 99 orang, terdapat 14 responden (14,1%) dengan lama menstruasi tidak normal dan beresiko terkena anemia dan 85 responden (85,9%) dengan lama menstruasi normal dan tidak beresiko terkena anemia berdasarkan lama menstruasi. Sedangkan dari 33 responden (33.3%) yang terkena anemia, 14 responden (42,42%) diantaranya memiliki lama menstruasi yang tidak normal. melalui hal ini dapat diketahui bahwa lama menstruasi pada remaja putri di Desa Mattoangin yang menjadi responden rata-rata memiliki lama menstruasi yang normal. semakin lama menstruasi berlangsung, maka semakin banyak pengeluaran darah dari tubuh dan mengakibatkan keseimbangan zat besi terganggu sehingga menyebabkan anemia. Maka disarankan pada remaja yang sedang dalam fase haid untuk mengkonsumsi tablet penambah darah. Pola menstruasi yang berlebihan namun tetap diimbangi dengan konsumsi gizi yang baik dapat menghindari kejadian anemia (Andrews G, 2009).

5. Distribusi Remaja Putri Di Desa Mattoangin Yang Beresiko Terkena Anemia Berdasarkan Kebiasaan Makan

Tabel.5 dibawah menunjukkan bahwa variabel kebiasaan makan responden terbanyak adalah kategori tidak beresiko yaitu sebanyak 68 orang (68,7%) dan kebiasaan makan responden paling sedikit adalah kategori beresiko yaitu sebanyak 31 orang (31,3%).

Tabel 5. Distribusi remaja putri di Desa Mattoangin yang beresiko terkena anemia berdasarkan kebiasaan makan

Kebiasaan Makan	Frekuensi	Persentase
Beresiko	31	31.3

	Kebiasaan Makan	Frekuensi	Persentase
Tidak Beresiko		68	68.7
Total		99	100.0

Kekurangan zat besi dapat disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak baik seperti jarang mengkonsumsi makanan sumber zat besi (heme dan non-heme), pola makan yang tidak teratur dan kebiasaan jajan yang buruk. Berdasarkan hasil wawancara melalui kuisioner kepada 99 responden dapat diketahui, 31 responden (31,3%) memiliki kebiasaan makan yang tidak baik dan beresiko terkena anemia dan 68 responden lainnya (68,7%) tidak beresiko terkena anemia berdasarkan kebiasaan makan. Sedangkan dari 33 responden (33,3%) yang terkena anemia, 22 (66,66%) diantaranya memiliki kebiasaan makan yang tidak baik. Asupan zat gizi sehari-hari sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan. Kebiasaan makan dapat digambarkan melalui frekuensi makan serta bahan makanan yang sering dikonsumsi setiap harinya. Kebiasaan makan yang tidak mengakibatkan tidak terpenuhinya kebutuhan proses sintesis pembentukan HB serta kekurangan kebutuhan bahan baku pembentuk eritrosit dan hal ini dapat menyebabkan anemia (Indartanti D, 2014).

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa angka kejadian anemia pada remaja putri di Desa Mattoangin berdasarkan hasil pemeriksaan kadar HB, yaitu berjumlah 33 orang. Angka kejadian remaja putri di Desa Mattoangin yang beresiko terkena anemia berdasarkan status gizi, yaitu berjumlah 59 orang. Angka kejadian remaja putri di Desa Mattoangin yang beresiko terkena anemia berdasarkan riwayat infeksi cacing, yaitu berjumlah 9 orang. Angka kejadian remaja putri di Desa Mattoangin yang beresiko terkena anemia berdasarkan lama menstruasi, yaitu berjumlah 14 orang. Angka kejadian remaja putri di Desa Mattoangin yang beresiko terkena anemia berdasarkan kebiasaan makan, yaitu berjumlah 31 orang. Kesimpulan penelitian bahwa remaja putri di Desa Mattoangin banyak yang memiliki status gizi buruk dan beresiko terkena anemia.

Daftar Pustaka

- Briawan D. Anemia: masalah gizi pada remaja wanita. EGC.2014.
- Soetjiningsih, IG. N. Gde Ranuh. Tumbuh Kembang Anak Edisi 2. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. 2013.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan nasional riset kesehatan dasar (Riskesdas) Nasional tahun 2013 Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia; 2013
- Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2007.
- Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2018.
- Almatsier S, Gizi PD, Penerbit PT. Gramedia Pustaka Utama. 2011
- Bakta IM. Hematologi klinik ringkas. EGC.
- WHO. Worldwide Prevalence of Anaemia 1993- 2005; WHO Global Database on Anaemia.Geneva: WHO. 2008.hlm.5-8.
- Fauziah I. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri (Literature Review) -(SKP 1059)* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya).
- Almatsier S, Gizi PD, Penerbit PT. Gramedia Pustaka Utama. 2011
- Bakta IM. Hematologi klinik ringkas. EGC.
- Cappellini MD, Motta I. Anemia in clinical practice—definition and classification: does hemoglobin change with aging? In *Seminars in hematology* 2015 Oct 1 (Vol. 52, No. 4, pp. 261-269). WB Saunders.
- Gardner W, Kassebaum N. Global, regional, and national prevalence of anemia and its causes in 204 countries and territories, 1990–2019. *Current Developments in Nutrition*. 2020 Jun;4(Supplement_2):830-.
- Yilmaz G, Shaikh H. Normochromic Normocytic Anemia. In *StatPearls [Internet]* 2021 Mar 8. StatPearls Publishing.
- Bron D, Meuleman N, Mascaux C. Biological basis of anemia. In *Seminars in oncology* 2001 Apr 1 (Vol. 28, pp. 1-6). WB Saunders.
- Ciesla B. Hematology in practice. Fa Davis; 2018 Nov 27.
- Bain BJ. Hematologi kurikulum inti. Jakarta: EGC. 2015.
- Tjokropawiro A, editor. Buku ajar ilmu penyakit dalam. Ed. 2: Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Rumah Sakit Pendidikan Dr. Soetomo Surabaya. Airlangga University Press; 2015 Apr 1.
- Indartanti D, Kartini A. Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Journal of nutrition college*. 2014;3(2):310-6.
- Oehadian A. Pendekatan klinis dan diagnosis anemia. *Continuing Medical Education*. 2012;39(6):407-12.
- Andrews G. Buku ajar kesehatan reproduksi wanita. Jakarta: Egc. 2009
- Cascio MJ, DeLoughery TG. Anemia: evaluation and diagnostic tests. *Medical Clinics*. 2017 Mar 1;101(2):263-84.
- Usuki K. Anemia: from basic knowledge to up-to-date treatment. Topic: IV. Hemolytic anemia: diagnosis and treatment. *Nihon Naika Gakkai zasshi. The Journal of the Japanese Society of Internal Medicine*. 2015 Jul 1;104(7):1389-96.
- Sakti. Pengaruh suplementasi tablet Fe dan pendidikan gizi terhadap pengetahuan, sikap, praktek tentang anemia dan konsentrasi hemoglobin (Hb) pada remaja putri. *Media Medika Indonesia*. 2003;31(1):1-5.
- Turner J, Parsi M, Badireddy M. Anemia. In *StatPearls [Internet]* 2022 Jan 9. StatPearls Publishing.