

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI KOTA KUPANG

Maria Goreti Pantaleon, Maria Helena Dua Nita, Christine R. Nenotek,
Meirina S. Loaloka

Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang
Jalan RA Kartini Kelapa Lima, Kota Kupang, NTT
Email: margotepunk@gmail.com

ABSTRACT

Iron deficiency anemia is anemia that occurs due to iron deficiency which disrupted the formation of red blood cells and other functionalities. Nutritional anemia is very common in Indonesia and can occur in all group of ages, where the hemoglobin levels in the blood is lower than its standard. The results of the Basic Health Research (Riskesdas) of 2018 found that anemia cases in Adolescent Girls increased. In 2013, there were approximately 37.1 percent of adolescent girls suffered from anemia. This figure rose to 48.9 percent in 2018. Anemia was mostly suffered by female adolescent in two age groups, 15 to 24 year old-girls and 25 to 34 year-old girls (voice.com article, 2018). The purpose of this study is to analyze the relationship among nutritional knowledge, nutritional status and incidence of anemia in adolescent girls in Kupang. The sample in this study were 50 adolescent girls with or without anemia. The research was carried out from May to July 2021 at the Nutrition Study Program of Health Polytechnic of Kupang of Ministry of Health. The data were analyzed by using univariate and bivariate (Chi-Square) analysis. The results of the analysis showed that there was no relationship between nutritional knowledge and the incidence of anemia in adolescent girls ($p = 0.870$), and there was no relationship between nutritional status and the incidence of anemia in adolescent girls in Kupang ($p = 0.058$).

Keywords: *Anemia, Nutritional Knowledge, Nutritional Status*

ABSTRAK

Anemia gizi besi adalah anemia yang timbul karena kekurangan zat besi sehingga pembentukan sel-sel darah merah dan fungsi lain dalam tubuh terganggu. Anemia gizi sangat umum dijumpai di Indonesia dan dapat terjadi pada semua golongan umur, dimana keadaan kadar hemoglobin di dalam darah lebih rendah daripada normal. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menemukan adanya kenaikan kasus anemia pada Remaja Putri. Pada tahun 2013, sekitar 37,1 persen remaja putri mengalami anemia. Angka ini naik menjadi 48,9 persen pada tahun 2018. Proporsi anemia paling besar terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun, dan umur 25 sampai 34 tahun. Tujuan penelitian ini yaitu ingin menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kota Kupang. Sampel dalam penelitian ini yaitu remaja putri yang mengalami anemia maupun tidak anemia, sebanyak 50 orang. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei – Juli 2021 di Kampus Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang. Data dianalisis secara univariat dan bivariat (*Chi-Square*). Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan kejadian anemia remaja putri ($p = 0,870$), dan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kota Kupang ($p = 0,058$).

Kata Kunci : *Anemia, Pengetahuan Gizi, Status Gizi*

PENDAHULUAN

Anemia gizi adalah suatu keadaan dengan kadar hemoglobin darah yang lebih rendah daripada normal sebagai akibat ketidakmampuan jaringan pembentuk sel darah merah dalam produksinya guna mempertahankan kadar hemoglobin pada tingkat normal. Anemia gizi besi adalah anemia yang timbul karena kekurangan zat

besi sehingga pembentukan sel-sel darah merah dan fungsi lain dalam tubuh terganggu. Anemia gizi sangat umum dijumpai di Indonesia dan dapat terjadi pada semua golongan umur, dimana keadaan kadar hemoglobin di dalam darah lebih rendah daripada normal (Adriani, 2012).

Kekurangan kadar Hb didalam tubuh, disebabkan karena masukan zat besi melalui

makanan sehari-hari tidak mencukupi kebutuhan fisiologis atau terjadi kehilangan besi karena adanya penyakit infeksi. Hal ini dapat berakibat pada penurunan kemampuan berpikir dan perubahan tingkah laku (Adriani, 2012).

Anemia dapat menimbulkan risiko pada remaja putri baik jangka panjang maupun dalam jangka pendek. Dalam jangka pendek anemia dapat menimbulkan keterlambatan pertumbuhan fisik, dan maturitas seksual tertunda (Nuraeni, 2019). Hasil penelitian Sholihah, dkk tahun 2019 menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi protein, zat besi, dan asam folat pada remaja putri SMAN 4 Surabaya.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018 menemukan adanya kenaikan kasus anemia pada Remaja Putri. Pada tahun 2013, sekitar 37,1 persen remaja putri mengalami anemia. Angka ini naik menjadi 48,9 persen pada tahun 2018. Proporsi anemia paling besar terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun, dan 25 sampai 34 tahun (Kemkes RI, 2018).

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia jika dibandingkan dengan remaja putra, karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya, dan kebiasaan membatasi konsumsi makanan (Warlenda, 2019). Untuk itu Penulis merasa perlu melakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan gizi dan status gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di Kota Kupang.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional study*. Populasi adalah seluruh remaja di Kota Kupang. Sampel penelitian adalah seluruh remaja yang mengalami anemia di Kota Kupang, dan Cara pengambilan sampel adalah dengan

Purposive Sampling yaitu setiap subjek yang memenuhi kriteria penelitian dimasukkan sebagai sampel penelitian sampai jumlah sampel terpenuhi. Total sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 50 orang. Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebasnya adalah pengetahuan gizi, pola konsumsi, dan status gizi, serta variabel terikatnya adalah anemia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Pekerjaan Orangtua Responden

Pekerjaan Orangtua	n	%
a. Petani/ peternak/ nelayan	21	42,00
b. Pegawai negeri/ TNI/ POLRI	14	28,00
c. Wiraswasta	7	14,00
d. Sopir	1	2,00
e. Lain-lain	7	14,00
Jumlah	50	100,00

Dari tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar orangtua responden bekerja sebagai Petani/Peternak/Nelayan (42%).

Tabel 2. Distribusi Umur Responden

Umur Responden	n	%
12 – 17 tahun	2	4,00
18 – 23 tahun	48	96,00
Jumlah	50	100

Dari tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berusia diantara 18 sampai 23 tahun (96%).

Tabel 3. Distribusi Tingkat Pendidikan Ayah Responden

Tingkat Pendidikan Ayah Responden	n	%
a. Tidak tamat SD	1	2,00
b. Tamat SD/ Sederajat	14	28,00
c. Tamat SMP/ Sederajat	6	12,00
d. Tamat SMA/ Sederajat	21	42,00

e. Tamat Diploma/ lebih tinggi	8	16,00
Jumlah	50	100,00

Dari tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar orangtua (ayah) responden memiliki tingkat pendidikan tamat SMA/Sederajat (42%).

Tabel 4. Distribusi Tingkat Pendidikan Ibu Responden

Tingkat Pendidikan Ibu Responden	n	%
a. Tidak tamat SD	1	2,00
b. Tamat SD/ Sederajat	18	36,00
c. Tamat SMP/ Sederajat	11	22,00
d. Tamat SMA/ Sederajat	16	32,00
e. Tamat Diploma/ lebih tinggi	4	8,00
Jumlah	50	100,00

Dari tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar orangtua (Ibu) responden memiliki tingkat pendidikan tamat SD/Sederajat (36%).

Tabel 5. Distribusi Tingkat Pendapatan Orangtua Responden

Tingkat Pendapatan Responden	n	%
a. < Rp. 500.000	15	30,00
b. Rp. 500.000 – Rp. 1.000.000	20	40,00
c. > Rp. 1.000.000	15	30,00
Jumlah	50	100,00

Dari tabel diatas diketahui bahwa rata-rata pendapatan orangtua responden paling banyak berkisar antara Rp. 500.000,- – Rp. 1.000.000,- (40%).

Tabel 6. Distribusi Status Gizi Responden

Status Gizi Responden	n	%
a. Kurus	13	26,00
b. Normal	33	66,00
c. Gemuk	4	8,00
Jumlah	50	100,00

Dari tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi normal (66%).

Tabel 7. Distribusi Pengetahuan Responden

Pengetahuan Responden	n	%
a. Baik	41	82
b. Cukup	9	18
c. Kurang	0	0
Jumlah	50	100

Dari tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan gizi yang baik (82%).

Tabel 8. Distribusi Kejadian Anemia Responden

Pengetahuan Responden	n	%
a. Anemia	29	58,00
b. Tidak anemia	21	42,00
Jumlah	50	100,00

Dari tabel diatas diketahui bahwa dari 50 orang responden, yang mengalami anemia sebanyak 29 orang (58%), dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 21 orang (42%).

Tabel 9. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Anemia

Variabel	Kejadian anemia						P-value	
	Tidak anemia		Anemia		Total			
Pengetahuan gizi	n	%	n	%	n	%	0,870	
	Baik	17	34	24	48	41		82
	Cukup	4	8	5	10	9		18
Total	21	42	29	58	50	100		

Dari tabel diatas diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Tabel 10. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia

Variabel	Kejadian anemia						P-value	
	Tidak anemia		Anemia		Total			
Status gizi	n	%	n	%	n	%	0.058	
	Normal	17	34	16	32	33		66
	Malnutrisi	4	8	13	26	17		34
Total	21	42	29	58	50	100		

Dari tabel diatas diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Anemia

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kota Kupang. Anemia adalah salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami di beberapa negara berkembang, termasuk Indonesia. Anemia banyak dialami oleh remaja putri, karena remaja putri cenderung mempertahankan bentuk tubuhnya sehingga kurang mengkonsumsi makanan dengan seimbang, dan juga karena mengalami menstruasi setiap bulannya sehingga jika tidak diimbangi dengan asupan gizi yang memadai maka akan menyebabkan terjadinya anemia.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi pada remaja tidak memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kota Kupang. Dari hasil penelitian terhadap 50 remaja putri diperoleh bahwa sebanyak 29 orang (58%) mengalami anemia, dan sebanyak 21 orang (42%) tidak mengalami anemia, sedangkan jika dilihat dari pengetahuan remaja, sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang baik (82%). Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian dari Laksmi tahun 2018, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kejadian anemia (Laksmi, 2018). Dengan pengetahuan gizi yang memadai, akan berpengaruh

pada perilaku konsumsi remaja tersebut, dimana pemilihan makanan yang tepat dapat menghindarkan remaja dari masalah anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Sirait tahun 2019, yang meneliti tentang hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas VIII di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam Medan, dimana hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja dengan kejadian anemia (Sirait, 2019). Tidak terdapatnya hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia dapat disebabkan karena perilaku remaja yang tidak sejalan dengan pengetahuan mereka. Memiliki pengetahuan yang baik, tidak menjamin remaja akan menerapkannya dalam pemilihan makanan mereka, karena terpengaruh pada teman, maupun lingkungan yang terbiasa jajan sembarangan.

2. Status Gizi dengan Kejadian Anemia

Hasil penelitian menyatakan tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia remaja putri di Kota Kupang. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian dari Shara tahun 2014, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia remaja putri (Nuraeni, 2019). Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang berisiko mengalami anemia, dikarenakan mengalami menstruasi setiap bulan, serta sedang mengalami perubahan fisik maupun mentalnya sehingga sangat rentan mengalami masalah-masalah gizi. Status gizi remaja putri sering dipengaruhi oleh perilaku makan dan body image (Widianti, 2012). Pada umumnya remaja putri ingin

mendapatkan bentuk tubuh yang ideal, sehingga terjadi pembatasan makan dan pemilihan makanan yang tidak sehat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki status gizi yang baik (66%), namun banyak diantara responden penelitian ini yang mengalami anemia (58%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adiyani, dkk, tahun 2017 di Banjarmasin yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia remaja putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin (Adiyani, 2017).

Tidak terdapatnya hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia remaja putri dapat disebabkan karena pemilihan jenis dan frekuensi makan remaja yang tidak memenuhi kebutuhan gizi mereka, sehingga tetap mengalami masalah anemia. Status gizi normal dapat diperoleh karena konsumsi zat gizi makro (energi dan protein) mereka seimbang, sementara tidak didukung dengan konsumsi zat gizi mikro (zat besi) yang berperan dalam pembentukan hemoglobin.

KESIMPULAN

Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian anemia remaja putri di Kota Kupang, dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia remaja putri di Kota Kupang.

DAFTAR PUSTAKA

Adiyani, K., Heriyani, F., Rosida, L. 2017. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin.

Journal Homeostasis, Vol. 1 No. 1, April 2018: 1-7

Adriani, M., Wirjatmadi, B., 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Kencana Prenada Media Grup. Jakarta

Arisman, MB. 2009. *Buku Ajar Ilmu Gizi: Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Penerbit Buku Kedokteran. Jakarta

Istiany, A., Rusilanti. 2013. *Gizi Terapan. PT Remaja Rosdakarya*. Bandung
Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Laporan Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan

Laksmita, S., Yenie, H. 2018. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten Tanggamus. *Journal Keperawatan* Vol. XIV, No. 1, April 2018

Notoatmodjo, S. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Nuraeni, R., Sari, P., Martini, N., Astuti, S., Rahmiati, L. 2019. Peningkatan Kadar Hemoglobin Melalui Pemeriksaan dan Pemberian Tablet Fe Terhadap Remaja Yang Mengalami Anemia Melalui Gerakan Jumat Pintar. *Journal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)* Vol. 5, No. 2, Agustus 2019

Shara, F. E., Wahid, I., Semiarti, R. 2014. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMAN 2 Sawahlunto Tahun 2014. *Journal Kesehatan Andalas*

Sirait, A. W. 2019. Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas VIII di SMP Negeri 3 Lubuk

Pakam. *Journal*. Politeknik Kesehatan
Medan Jurusan Gizi

Supriasa, I. D. N., Bakri, B., Fajar, I. 2012.
Penilaian Status Gizi Edisi Revisi.
Jakarta : EGC.

Warlenda, S. V., Widodo, M. D., Candra, L.,
Rialita, F. Determinan Kejadian Anemia
Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1
Reteh Kecamatan Reteh Kabupaten
Indragiri Hilir Tahun 2019. *Journal
Photon* Vol. 9 No. 2. Juni 2019. Program
Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES
Hang Tuah, Pekanbaru

Widianti, N., Candra, A. 2012. Hubungan
Antara Body Image dan Perilaku Makan
Dengan Status Gizi Remaja Putri di
SMA Theresiana Semarang. *Journal of
Nutrition College* Vol. 1 No. 1 Tahun
2012. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas
Kedokteran Universitas Diponegoro