

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN  
KEJADIAN ANEMIA PADA  
REMAJA PUTRI**

**(Di SMA Sa'idiyah Kecamatan Arosbaya Kabupaten Bangkalan)**

**NASKAH PUBLIKASI**



Oleh:  
**HOMSIYAH**  
NIM.20153020020

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV KEBIDANAN  
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA  
2021**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN  
KEJADIAN ANEMIA PADA  
REMAJA PUTRI**

**(Di SMA Sa'idiyah Kecamatan Arosbaya Kabupaten Bangkalan)**

**NASKAH PUBLIKASI**

Disusun oleh:

HOMSIYAH  
NIM. 20153020020

Pembimbing

Dwi Wahyuning Tyas, S.SiT.M.PH  
NIDN : 0727048401

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN  
KEJADIAN ANEMIA PADA  
REMAJA PUTRI  
(Di SMA Sa'adiyah Kecamatan Arosbaya Kabupaten Bangkalan)**

Homsiyah, Dwi Wahyuning Tyas, S.SiT.M.PH

\*email: [homsiyah558@gmail.com](mailto:homsiyah558@gmail.com)

**ABSTRAK**

Masalah kesehatan yang paling sering muncul pada masa anak muda salah satunya merupakan anemia defisiensi besi. Idealnya pada umur anak muda mempunyai kandungan hemoglobin >12 gram/ dl sehingga anak muda tidak mengidap anemia. Hasil study pendahuluan menciptakan 80% siswi berkata kerap hadapi 5L (lemah, lelah, lesu, lunglai serta lemas), mata berkunang- kunang serta gampang letih yang ialah ciri indikasi dari anemia.. Tujuan riset ini merupakan buat mengenali ikatan antara status gizi dengan peristiwa anemia

Riset ini memakai desain Survei Analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam riset ini merupakan segala anak muda gadis di SMA Sa' idiyah Kecamatan Arosbaya Kabupaten Bangkalan. Pengambilan ilustrasi memakai sederhana random sampling yang penuh kriteria inklusi yang berjumlah 53 responden dengan variabel independen status gizi serta variabel dependen Anemia. Pengumpulan informasi memakai lembar observasi, pengecekan status gizi (timbangan berat tubuh, pengukur besar tubuh) serta pengukuran hemoglobin memakai cek HB digital. Hasil riset setelah itu ditabulasi serta di uji memakai uji statistik Rank Spearman, dengan tingkatan kesalahan 0,05.

Analisis uji statistik menggunakan uji statistik Rank Spearman sebab kedua variabel berskala ordinal. Hasil menampilkan kalau terdapat ikatan antara status gizi dengan peristiwa anemia pada anak muda gadis di SMA Sa' idiyah Arosbaya dengan p value = 0,001. Sehingga  $H_a$  diterima serta  $H_0$  ditolak dengan nilai Correlation Coefficient sebesar 0,432.

Status gizi mempunyai ikatan yang erat terhadap terbentuknya anemia pada anak muda gadis. Anjuran yang disarankan untuk responden merupakan banyak konsumsi santapan yang banyak memiliki zat besi, tidak melaksanakan diet tanpa konsultasi dengan dokter ataupun pakar gizi, serta mengecek kandungan hemoglobin secara berkala.

**Kata Kunci:** status gizi, anemia

# HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

(Di SMA Sa'idiyah Kecamatan Arosbaya Kabupaten Bangkalan)

Homsiyah, Dwi Wahyuning Tyas, S.SiT.M.PH

\*email: [homsiyah558@gmail.com](mailto:homsiyah558@gmail.com)

## ABSTRACT

*One of the most common health issue faced by adolescence is iron deficiency anemia. Normally at the age of teenagers has haemoglobin levels > 12 g / dl so that teenagers do not suffer from anemia. The results of the preliminary study found that 80% of students said they often experienced 5L (weak, tired, lethargic, limp and weak), dizzy eyes and tired easily which are signs of anemia. . The purpose of this research is to shows the relation between nutritional status and the causes of anemia*

*This study uses a quantitative design with a cross sectional approach. The population in this study were all adolescent girl at Sa'idiyah High School, Arosbaya District, Bangkalan Regency. The sample was taken using simple random sampling that met the inclusion criteria total are 53 respondents with the independent variable being nutritional status and the dependent variable being anemia. Collecting data using observation sheets, examination of nutritional status (weight scales, height measurements) and measurement of hemoglobin using digital HB checks. The results of the study were then tabulated and tested using the Spearman Rank statistical test, with an error rate of 0.05.*

*Statistical test analysis using Spearman Rank statistic test because both variables have ordinal scale. The results show that there is a relationship between nutritional status and the incidence of anemia in adolescent girls at SMA Sa'idiyah Arosbaya with  $p$  value = 0.001. So  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected with a Correlation Coefficient value of 0.432.*

*Nutritional status has a close relationship with the occurrence of anemia in adolescent girls. Suggestions that are recommended for respondents are consuming food that contain a lot of iron, not going on a diet without consulting a doctor or nutritionist, and regularly checking hemoglobin levels.*

**Keywords:** *status gizi, anemia*

## PENDAHULUAN

Anak muda (adolescence) ialah masa transisi ataupun peralihan dari masa kanak- menuju masa berumur yang di tandai dengan terdapatnya pergantian raga, psikis, serta psikososial. Sebutan adolescence ataupun anak muda berasal dari kata latin yang berarti “berkembang” ataupun “berkembang jadi berusia”, (Dieny, 2014). Pada masa anak muda terjalin perkembangan yang kilat diiringi pergantian fisiologis serta mental, sehingga diperlukan zat gizi yang pas meliputi jumlah, tipe santapan serta frekuensinya.

Anak muda memerlukan tenaga, protein, vit dan mineral lebih banyak dari orang berusia sebab dibutuhkan buat membentuk jaringan. Zat besi pula sangat berarti untuk anak muda. Perkembangan anak muda yang kilat menimbulkan volume darah meningkat, dan enzim-. Oleh sebab itu, dibutuhkan konsumsi besi yang lumayan buat menjamin kebutuhan tersebut. Pada perempuan, haid yang dirasakan tiap bulan pula hendak tingkatkan kebutuhan hendak zat besi.

Anemia merupakan sesuatu kondisi dimana kandungan hemoglobin serta eritrosit lebih rendah daripada nilai wajar, yang berbeda buat tiap kelompok usia serta tipe kelamin sehingga berkurangnya guna pertukaran O<sub>2</sub> serta CO<sub>2</sub> diantara jaringan serta pembuatan sel darah merah pada tingkatan wajar. (Wiratmadji, 2016).

Menurut hasil riset yang dicoba oleh World Health Organization (World Health Organization) 2015, melaporkan kalau prevalensi anemia pada anak muda gadis sebesar 29%, prevelensi anemia pada anak muda gadis umur 10- 18 tahun menggapai

41,5% di negeri tumbuh. Indonesia ialah salah satu negeri tumbuh, dengan prevalensi anemia pada anak muda gadis di Indonesia bagi World Health Organization sebesar 37% lebih besar dari prevalensi anemia di dunia.

Berdasarkan data Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) 2018 proporsi anemia pada wanita (27,2%) lebih besar dibanding pada pria (20,3%). Proporsi anemia pada kelompok usia 15- 24 tahun sebesar 23% tahun 2018.

Informasi Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur bidang gizi didapatkan angka peristiwa anemia pada anak muda menggapai 11,7%, dimana 6,7% anemia terjalin pada dikala menstruasi (Dinkes Provinsi Jatim, 2011). Berdasarkan study pendahuluan pada 10 siswi yang dilakukan di SMA Sa'adiyah Kec. Arosbaya Kab. Bangkalan, di dapatkan data sebesar 80% siswi mengatakan sering mengalami 5L mata berkunang-kunang dan mudah capek yang merupakan tanda gejala dari anemia.

Secara universal pemicu anemia terdiri atas 2 aspek ialah: aspek zat gizi serta non zat gizi. Pemicu anemia yang lain bersumber pada aspek zat gizi antara lain defisiensi protein, asam folat, vit b12, vit A, tembaga, selenium serta yang lain. Sebaliknya pemicu anemia bersumber pada aspek non zat gizi antara lain: Malabsorpsi akibat diare, kenaikan ekskresi karena pengeluaran darah menstruasi yang berlebihan dan penyakit infeksi. Dampak yang terjadi pada remaja putri jika terjadi anemia yaitu : berpengaruh pada kehamilan serta persalinannya dimasa mendatang, menurunnya keahlian serta konsentrasi belajar, mengusik perkembangan sehingga besar tubuh

tidak menggapai maksimal, merendahkan keahlian raga olahragawati serta muka nampak pucat.

Upaya- upaya buat menghindari anemia antara lain: Makan santapan yang memiliki zat besi dari bahan hewani dan dari bahan nabati. makan santapan sumber vit C yang bermanfaat buat tingkatkan penyerapan zat besi, khususnya disaat hadapi haid, apabila merasakan adanya karakteristik dan gejala anemia, lekas konsultasikan ke dokter buat dicari penyebabnya dan diberikan pengobatan (Tarwoto, dkk , 2010).

## METODE PENELITIAN

Dalam riset ini desain riset yang digunakan merupakan desain analitik dengan *cross sectional*.

Jumlah populasi sebanyak 115 anak muda gadis dengan ilustrasi 53 responden di SMA Sa' idiyah Kecamatan Arosbaya Bangkalan. Instrumen dalam riset ialah lembar observasi, koesioner, timbangan berat tubuh, pengukur besar tubuh serta perlengkapan uji Hb.

Desain yang digunakan dalam riset ini ialah Analitik survei ataupun riset yang berupaya menggali gimana dan kenapa fenomena kesehatan itu terjalin, setelah itu melaksanakan analisis dinamika korelasi antara fenomena ataupun aspek resiko dengan dampak.

## HASIL PENELITIAN

### Data Umum.

a. *Distribusi frekuensi berdasarkan umur pada remaja putri kelas X di SMA Sa'idiyah Arosbaya Tahun 2021.*

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
15 tahun	3	5,66
16 tahun	35	66,03
17 tahun	15	28,30
Jumlah	53	100

b. *Distribusi frekuensi penghasilan orang tua remaja putri kelas X di SMA Sa'idiyah Arosbaya Tahun 2021.*

Penghasilan Ortu / Bulan	Frekuensi	Persentase (%)
< 1.500.000	14	26,41
1.500.000-2.500.000	17	32,07
> 2.500.000-3.500.000	14	26,41
>3.500.000	8	15,41
Jumlah	53	100

c. *Distribusi frekuensi pola makan remaja*

Pola Makan Remaja Putri	Frekuensi	Persentase (%)
Teratur (3x sehari)	20	37,25
Tidak Teratur	33	62,26
jumlah	53	100

*Sumber : Data primer, Tahun 2021*

d. *Distribusi frekuensi menu makan remaja putri kelas X di SMA Sa'idiyah Arosbaya Tahun 2021.*

Menu Makan Remaja Putri	Frekuensi	Persentase (%)
Lengkap	25	47,53
Tidak Lengkap	28	52,83
Jumlah	53	100

*Sumber : Data primer, Tahun 2021*

e. *Distribusi lama menstruasi remaja putri kelas X di SMA Sa'idiyah Arosbaya Tahun 2021.*

Lama menstruasi	Frekuensi	Persentase (%)
7 hari	15	28,3
8 hari	20	37,7
9 hari	8	15,1
10 hari	6	11,3
11 hari	4	7,5
Jumlah	53	100

### Data Khusus

#### 1. Analisis Univariat

##### a. Status gizi

Status gizi	Frekuensi	Persentase (%)
Gemuk berat	3	5,7
Gemuk ringan	2	3,8
Normal	33	62,3
Kurus ringan	11	20,8
Kurus berat	4	7,5
Jumlah	53	100

Sumber : Data primer, Tahun 2021.

##### b. Kejadian Anemia

Kejadian anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	42	79,2
Anemia ringan	7	13,2
Anemia sedang	3	5,7
Anemia berat	1	1,9
Jumlah	53	100,0

#### 2. Analisis Bivariat

c. Hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas X di SMA Sa'idiyah Arosbaya Tahun 2021.

		Anemia				Total
		Nor mal	Anemia Ringan	Anemia Sedang	Anemia Berat	
Status Gizi	Gemuk Berat	3	0	0	0	3
	Gemuk Ringan	2	0	0	0	2
	Normal	29	3	1	0	33
	Kurus Ringan	7	2	1	1	11
	Kurus Berat	1	2	1	0	4
Total		42	7	3	1	53

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa kejadian anemia yang mempunyai status gizi wajar serta tidak anemia ialah sebanyak 29 orang. Tetapi Hasil uji statistik Rank Spearmean diperoleh hasil  $p = 0,001$ . Angka tersebut menampilkan kalau secara statistik ada ikatan yang bermakna ( $p < 0,05$ ) antara status gizi dengan kejadian anemia.

### PEMBAHASAN

#### 1. Status gizi

Bersumber pada hasil riset dikenal kalau dari 53 responden sebagian besar antara lain mempunyai status gizi wajar, ialah sebanyak 33 responden (62,3%), status gizi kurus ringan sebanyak 11 responden (20,8%), status gizi kurus berat sebanyak 4 responden (7,5%), status gizi gemuk berat

sebanyak 3 responden (5,7%) dan sebagian kecil memiliki status gizi gemuk ringan sebanyak 2 responden (3,8%).

Dalam riset ini kebanyakan responden telah mempunyai status gizi wajar, perihal ini dikarenakan menu makan remaja putri cukup terpenuhi serta status ekonomi orang tua responden yang mencukupi. Remaja putri yang mempunyai status kesehatan yang baik hingga perkembangan serta pertumbuhan pula hendak baik.

Hal ini yang mempunyai status kesehatan yang baik hingga perkembangan serta pertumbuhan pula hendak baik, cocok dengan komentar yang dikemukakan oleh Dieny (2014), Status gizi anak muda ialah kondisi terpenuhinya kebutuhan yakni keseimbangan antara mengkonsumsi serta penyerapan zat gizi. Perihal ini pula cocok dengan komentar Supariasa (2016).

## **2. Kejadian Anemia**

Sedangkan itu dari data menunjukkan jika dari 53 responden terdapat 42 orang (79,2%) yang tidak hadapi anemia, ada 7 orang (13,2%) yang hadapi anemia ringan, ada 3 orang (5,7%) yang hadapi anemia lagi serta ada 1 orang (1,9%) yang hadapi anemia berat. Sehingga bisa dikenal kalau sebagian besar anak muda gadis dalam riset ini tidak hadapi anemia. Perihal ini disebabkan status gizi pada riset ini sebagian besar wajar sehingga mempengaruhi pada kecukupan zat besi pada anak muda gadis.

Perihal ini cocok dengan komentar yang dikemukakan oleh Istiany& Rusilanti (2013), Anak muda memerlukan lebih banyak zat besi paling utama para perempuan, sebab

tiap bulanya hadapi haid yang berakibat minimnya konsumsi zat besi dalam darah selaku faktor anemia.

## **3. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia**

Bersumber pada hasil riset yang tertuang dalam tabel 4.11 bisa dikenal kalau mayoritas responden dengan status gizi normal tidak hadapi anemia, yakni sebanyak 29 orang (54,7%). Perihal ini menampilkan kalau status gizi wajar ialah aspek yang mendukung seorang buat tidak hadapi anemia. Tetapi dari responden yang memiliki status gizi normal masih terdapat 3 orang (5,7%) yang hadapi Anemia ringan serta 1 orang (1,9%) yang hadapi anemia lagi.

Perihal ini sependapat dengan riset Zakiah (2014) tentang ikatan Pelaksanaan Pedoman Gizi Balance Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Medis status gizi wajar menggambarkan penyeimbang antara pendapatan serta pengeluaran tenaga dalam badan.

Responden dengan status gizi kurus ringan dan tidak hadapi anemia sebanyak 7 orang (13,2%), hadapi anemia ringan sebanyak 2 orang (3,8%), hadapi anemia lagi sebanyak 1 orang (1,9%) serta hadapi anemia berat sebanyak 1 orang (1,9%). Sebaliknya responden dengan status gizi kurus berat yang tidak anemia ialah 1 orang (1,9%), anemia ringan sebanyak 2 orang (3,8%) serta anemia lagi ialah 1 orang (1,9%).

Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Sunita (2010), jika status gizi kurang berarti jika zat-zat gizi berarti salah satunya ialah zat besi tidak dapat dipenuhi

dengan baik. Namun bukan tidak dapat jadi ada orang dengan status gizi kurang bersumber pada IMT, memiliki isi HB yang normal maupun tidak anemia. Mengenai ini diakibatkan penentuan status gizi mengenakan IMT bergantung pada BB dan TB, sebaliknya mengkonsumsi nutrisi yang sesungguhnya tidak bisa ditentukan.

Responden yang mempunyai status gizi gendut tidak terdapat yang hadapi anemia, ialah gendut berat berat sebanyak 3 orang (5,7%) serta gendut ringan sebanyak 2 orang (3,8%). Untuk Thompson (2010) status gizi mempunyai korelasi positif dengan konsentrasi hemoglobin, maksudnya terus menjadi kurang baik status gizi seorang khususnya anak muda gadis, dimana anak muda gadis hadapi haid tiap bulannya hingga terus menjadi rendah kandungan hemoglobinnya serta begitu pula kebalikannya.

Hasil analisis statistik mengenakan uji Rank Spearman didapatkan hasil p value = 0,001 Hasil studi ini secara statistik pula menunjukkan arah jalinan yang positif antara status gizi dengan kejadian anemia pada anak muda wanita dengan nilai Correlation Coefficient sebesar 0,432.

## **PENUTUP**

### **1. Kesimpulan**

Status gizi pada remaja puri di SMA Sa'idiyah Kec. Arosbaya Kab. Bangkalan sebagian besar berstatus gizi normal.

Peristiwa anemia pada anak muda gadis di SMA Sa'idiyah Kec. Arosbaya Kab. Bangkalan sebagian besar wajar.

Terdapat ikatan antara status gizi dengan peristiwa anemia pada anak muda gadis di SMA Saidiyah Kec. Arosbaya Kab. Bangkalan.

## **2. Saran**

### **a. Teoritis**

Perlu mengembangkan riset lebih lanjut tentang aspek lain yang berhubungan dengan peristiwa anemia.

### **b. Praktik**

#### **1) Bagi Remaja Putri**

Pada anak muda gadis sebaiknya lebih banyak konsumsi santapan yang banyak mengandung zat besi. Sebaiknya, jangan melakukan diet tanpa konsultasi dengan dokter ahli gizi.

#### **2) Bagi tempat penelitian**

Bagi tempat penelitian saya ucapkan terimakasih karena telah berhasil dan sangat layak mendapatkan apresiasi karena dari hasil penelitian siswi sebagian besar tidak anemia. Selanjutnya disarankan untuk mengaktifkan lagi kegiatan UKS khususnya untuk mendeteksi kejadian anemia secara berkala dan kegiatan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri.

#### **3) Bagi profesi kebidanan**

Petugas kesehatan hendaknya memberikan informasi kepada masyarakat khususnya remaja putri untuk selalu memperhatikan pola konsumsi makanan.

#### **4) Bagi penelitian selanjutnya**

Riset berikutnya bisa menjadikan riset ini selaku rujukan yang relevan serta

menolong riset sejenis terpaut dengan peristiwa anemia.

Thompson, J. 2010 *Nutrition for life*. 2nd edn. Edited by melinda Manore. Publication Data.

## DAFTAR PUSTAKA

Almatsier, Sunita. 2010 *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Wijayanti, E. Dkk. 2019. *Hubungan Pertanda Inflamasi Dan Hemoglobin Pada Obesitas*. Intisari sains medis 10 (1) : 242-246.

Dieny, F.F. 2014. *Permasalahan Gizi Pada Remaja putri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Zarei, Fs. H.A. 2013. *Faktors Associated With Body Weigh Status Of Iranian Postgraduate Students In University Of Putra Malaysia*. Nurs Midwifery Stud, H 97-102.

Hackley, B. Kriebs, J.M & Rousseum, M.E. 2013. *Buku ajar bidan pelayanan kesehatan primer*. Jakarta: EGC.

Istiany, Ari & Rusilanti. 2013. *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Kemkes RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kiswari Rukman. 2014 *Hematologi & Transfusi*. Jakarta : Erlangga.

Kusumasari Citra. 2012. *Anemia Gizi Masalah Dan Pencegahannya*. Yogyakarta : Kalika.

Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.

Supriasa. I.D.N. 2016. *Penilaian status gizi, Ed. 2*. Jakarta : EGC.

Tarwoto, Ns. Dkk. 2010. *Kesehatan Remaja problem dan solusinya*. Jakarta: Salemba Medika.