

## Hubungan Sikap Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMAN 9 Mataram

Jaswadi

Program Studi Magister Administrasi dan Kebijakan Kesehatan  
Universitas Qamarul Huda Badaruddin  
E-mail: jessyjaswadi@gmail.com

**Abstrak.** Remaja adalah salah satu masa transisi menuju kematangan. Remaja putri kebanyakan ingin langsing untuk mempertahankan penampilan mereka, sehingga mereka melakukan diet ketat dengan mengurangi asupan makanan yang dapat menyebabkan kekurangan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sikap remaja putri dengan kejadian anemia di SMAN 9 Mataram. Penelitian ini adalah penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah non-probability sampling yaitu total sampling dengan ukuran sampel 62 orang. Analisis data yang digunakan adalah univariat dalam bentuk narasi, frekuensi dan tabel distribusi persentase dan analisis bivariat menggunakan uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri dengan anemia ringan adalah 43 siswa (69,4%), 36 siswa (58,1%) memiliki sikap buruk, 27 siswa (43,6%) yang berperilaku buruk mengalami anemia ringan. Hasil analisis lebih lanjut menggunakan chi square menunjukkan bahwa hubungan antara sikap dan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 9 Mataram dengan p-value = 0,323 > 0,05. Kesimpulan penelitian ini tidak ada hubungan antara sikap dan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 9 Mataram.

**Keyword:** *Anemia, Remaja*

### LATAR BELAKANG

Pada saat ini masalah ketidakcukupan gizi masih didominasi oleh Negara berkembang, salah satunya Indonesia, sehingga remaja memerlukan perhatian khusus bagi dunia khususnya pemerintah Indonesia karena pengaruhnya dapat membawa dampak pada saat dewasa. Saat ini terdapat empat masalah gizi remaja yang utama di Indonesia yaitu Kekurangan Energi Protein (KEP), Anemia Gizi Baru (AGB), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKI) dan Kekurangan Vitamin A (KVA). Dari empat masalah diatas, yang paling sering terjadi adalah AGB pada remaja putri (Almatsier, 2009).

WHO menyebutkan bahwa anemia merupakan 10 masalah terbesar di abad modern ini. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut *World Health Organization*, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88% (WHO, 2015) mengatakan ada 2,3 miliar penduduk di dunia menderita anemia, sebesar 50% nya disebabkan oleh Anemia

Defisiensi Besi (WHO, 2017). Sementara di Asia Tenggara dan Afrika memiliki angka anemia yang tertinggi yaitu 85 persen. Di Pasifik Barat ada sekitar 100 juta jiwa mengalami anemia dimana sekitar 50% dari kasus remaja putri disebabkan oleh kurangnya zat besi, sedangkan di Indonesia sendiri, lebih dari satu dari lima orang remaja putri atau 22,7% menderita anemia. Anemia dapat menurunkan produktivitas kerja, konsentrasi belajar dan mengganggu kesehatan (Endang, 2011). Anemia pada remaja juga dapat membawa dampak kurang baik bagi remaja, anemia yang terjadi dapat menyebabkan menurunnya kesehatan reproduksi, perkembangan motorik, mental, kecerdasan terhambat, menurunnya prestasi belajar, tingkat kebugaran menurun dan tidak tercapainya tinggi badan maksimal (Andriani & Wirjatmaji, 2016).

Data yang diperoleh dari Dinas kesehatan kota Mataram tahun 2017 terdapat angka tertinggi kasus anemia remaja putri tertinggi

diwilayah Puskesmas Selaparang dengan prevalensi sebesar 50,43 % dan yang tidak anemia sebesar 49,57%, yang kedua pada wilayah Puskesmas Pejeruk dengan prevalensi anemia sebesar 48,48% dan yang tidak anemia sebesar 51,52%, yang ketiga diwilayah Puskesmas Ampenan dengan prevalensi sebesar 31,02% siswa yang anemia dan yang tidak anemia sebesar 68,98% dan yang kesebelas, terendah di wilayah Puskesmas Dasar Cermen dengan prevalensi anemia sebesar 2,00% dan tidak anemia sebesar 98,00%.

Berdasarkan data Puskesmas Selaparang tahun 2018, terdapat angka tertinggi jumlah anemia remaja putri tertinggi di SMAN 9 Mataram dengan jumlah anemia remaja putri sebanyak 62 siswa, yang kedua di SMPN 6 Mataram dengan jumlah anemia remaja putri sebanyak 56 siswa, yang ketigadi MTsN 2 Mataram dengan jumlah anemia remaja putri sebanyak 22 siswa, yang keempat di SMPN 8 Mataram jumlah anemia remaja putri sebanyak 18 siswa dan kelima di MTs Haqqul Yaqin jumlah anemia remaja putri sebanyak 2 siswa.

Penyebab utama anemia adalah defisiensi besi. Penyebab lainnya adalah dikarenakan asupan dan sarapan zat besi yang tidak adekuat, yaitu kebiasaan mengkonsumsi teh secara bersamaan pada waktu makan, pengetahuan yang kurang tentang anemia, menstruasi, sikap yang tidak mendukung, asupan suplemen zat besi, pendidikan ibu maupun tingkat sosial ekonomi keluarga (Listiana, 2016).

Remaja putri lebih rentan mengalami anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki. Remaja putri lebih banyak membutuhkan zat besi daripada remaja putra, dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya (Andriana & Wirjatmaji, 2012). Remaja putri yang mengalami menstruasi yang lama akan menyebabkan darah yang keluar lebih banyak sehingga memungkinkan terjadinya anemia (Fauziah, et al., 2012).

Remaja putri kebanyakan ingin langsing untuk menjaga penampilan, sehingga mereka melakukan diet ketat yaitu dengan mengurangi asupan makanan. Mengurangi asupan makanan

(karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral) bisa menyebabkan kekurangan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh yang menyebabkan cadangan besi dibongkar. Keadaan itulah mempercepat terjadinya anemia (Kirana, 2011).

Melihat dampak anemia dan tingginya prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Mataram dan studi pendahuluan yang telah dilakukan, melatarbelakangi pentingnya peneliti untuk mengidentifikasi hubungan sikap dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 9 Mataram.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri siswa SMAN 9 MATARAM yang terdiagnosa anemia dari Puskesmas Selaparang sebanyak 62 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu *non probability sampling* yaitu *total sampling* Analisa data yang digunakan adalah univariat dengan data disajikan dalam bentuk narasi, tabel distribusi frekuensi dan persentase dan data bivariat dengan menggunakan uji *chi square*.

Instrumen yang digunakan untuk memperoleh informasi atau data tentang keadaan objek atau proses yang terjadi yaitu dengan menggunakan kuesioner mengenai 20 pernyataan dimana 10 soal pertanyaan tentang sikap *favourable* dan 10 soal pertanyaan tentang sikap *unfavourable*. Jawaban memiliki bobot sebagai skor pernyataan *favourable* sangat setuju (4), setuju (3), tidak setuju (2), sangat tidak Setuju (1), sedangkan skor pernyataan *unfavourable* sangat tidak setuju (4), tidak setuju (3), setuju (2), sangat setuju (1). Untuk menghitung masing-masing indikator ditransformasikan dalam bentuk persentase skor dengan cara menentukan skor jawaban dengan ketentuan untuk item positif dan negative mempunyai skor berbeda dan menjumlahkan seluruh skor dalam setiap variabel yang diperoleh setiap responden. Uji validitas dilakukan pada remaja putri di berbagai tempat yang mengalami tanda dan

gejala anemia seperti gejala 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lalai), anemia ringan maupun anemia berat dan sudah memeriksakan diri ke Puskesmas terdekat. Adapun uji validitas dilakukan pada sebanyak 20 responden. Suatu item pertanyaan dinyatakan valid jika nilai korelasi yang dihasilkan lebih besar dari nilai  $r$  tabel 0,443 dengan jumlah sampel  $N=20$  orang dan signifikannya 5%. Hasil uji validitas kuesioner sikap menyatakan bahwa nilai rata-rata  $r$  hitung untuk mengetahui pengetahuan 0,457-0,633. Karena nilai  $r$  hitung  $> 0,443$  maka 20 item pada kuesioner sikap dinyatakan valid. Sedangkan, nilai  $r$  apla (0, 887) lebih besar dari  $r$  tabel, maka 20 item pertanyaan dinyatakan reliabel.

### HASIL PENELITIAN

Distribusi responden pada penelitian ini meliputi seluruh remaja putri di SMAN 9 MATARAM yang terdiagnosa anemia dari Puskesmas Selaparang yang dapat dilihat pada tabel 1. dan distribusi sikap dari remaja putri di SMAN 9 MATARAM yang mengalami anemia tersebut dapat dilihat pada tabel 2. sedangkan hubungan antara sikap dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 9 Mataram dapat dilihat pada tabel 3.

**Tabel 1. Distribusi frekuensi remaja putri di SMAN 9 MATARAM yang terdiagnosa anemia dari Puskesmas Selaparang.**

Variabel	n	(%)
<b>Anemia</b>		
Ringan	43	69,4
Sedang	18	29,0
Berat	1	1,6
<b>Total</b>	<b>62</b>	<b>100</b>

**Tabel 2. Distribusi frekuensi sikap dari remaja putri di SMAN 9 MATARAM yang mengalami anemia.**

Variabel	n	(%)
Baik	26	41,9
Buruk	36	58,1
<b>Total</b>	<b>62</b>	<b>100</b>

**Tabel 3. Analisis Hubungan antara Sikap dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 9 Mataram.**

Sikap	Anemia						Total		Nilai
	Ringan		Sedang		Berat		n	%	P
	n	%	n	%	n	%			
Baik	16	25,8	9	14,5	1	1,6	26	41,9	0,32
Buruk	27	43,6	9	14,5	0	0	36	58,1	

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa dari 62 responden mengalami kejadian anemia yang paling banyak yaitu anemia ringan sebanyak 43 siswi (69,4%),

sedang 18 siswi (29%), berat 1 siswi (1,6) siswi.

Pada tabel 2. menunjukkan bahwa dari 62 responden dengan sikap buruk yaitu sebanyak 36 siswi (58,1%) dan baik 26 siswi (41,9%).

Tabel 3. Terlihat bahwa paling banyak remaja putri dengan anemia ringan 43 siswi (69,4%), sebanyak 36 siswi (58,1%) dengan sikap buruk, 27 siswi (43,6%) yang bersikap buruk mengalami anemia ringan.

Hasil analisis lanjut menggunakan *chi square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 9 Mataram tahun 2018 dengan nilai  $p\text{-value} = 0,323 > 0,05$ .

### PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dan kejadian anemia, dimana berdasarkan hasil uji statistik di dapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,323$ . Akan tetapi walaupun tidak terdapat hubungan yang signifikan, didapatkan jumlah siswi yang paling banyak yaitu dari 43 siswi (69,4%) dengan anemia ringan, paling banyak sikap tergolong buruk yaitu sebanyak 27 siswi (43,6%), persentasi sikap buruk yaitu sebanyak 36 siswi (58,1%).

Selain itu juga, penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Mardiana & Putri (2018) dengan nilai  $P\text{-value} = 0,154$  bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap dengan kejadian anemia. Tidak adanya hubungan sikap pencegahan anemia dengan kadar hb, karena sikap bukan merupakan faktor langsung terhadap kadar hemoglobin. Sikap adalah reaksi atau respon yang masih tertutup terhadap suatu

stimulus atau objek yang kemudian diyakini dan akan menimbulkan kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan yang diyakininya. Sikap belum merupakan tindakan atau praktik yang dapat secara langsung dapat meningkatkan kadar hemoglobin, sikap merupakan faktor yang mempermudah terbentuknya perilaku upaya pencegahan anemia (Maulana & Heri, 2009).

Notoatmodjo (2012) menyebutkan bahwa suatu sikap belum otomatis terwujud dalam bentuk praktik. Untuk mewujudkannya menjadi suatu perbuatan yang nyata diperlukan faktor pendukung atau kondisi yang memungkinkan. Meskipun sikap remaja putri baik, apabila lingkungannya kurang mendukung terhadap pola makan atau praktik pencegahan anemia lainnya maka belum menjamin terhindar dari anemia.

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas disimpulkan bahwa meskipun remaja putri yang anemia memiliki sikap yang baik terhadap pencegahan anemia namun ketika tidak didukung dengan pendapatan orang tua, pendidikan orang tua dalam kemampuan untuk menyediakan aneka ragam makanan maka, maka hal itu bisa menjadi penyebab anemia pada remaja putri.

#### **SARAN**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi informasi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja seperti sikap. Maka diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk lebih meneliti lebih dalam penyebab faktor tersebut tidak berhubungan, selain itu juga bagi siswi yang tidak terdiagnosis anemia, diharapkan bersikap baik untuk pencegahan anemia, sehingga jumlah anemia sisiwi di SMAN 9 Mataram tidak bertambah dan meningkat.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka.  
WHO. (2015). *The Global Prevalence of Anemia*. Geneva: WHO.

- WHO. (2017). *Global Accelerated Action for Health of Adolescents (AH-HA): Guidance to Support Country Implementation*. Geneva: WHO.
- Endang, D.L. (2011). *Asupan Zat Gizi pada Anak*. Surakarta: UPT Penerbitan dan Percetakan UNS.
- Andriani, M. Dan Wirjatmaji, B. (2016). *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Listiana, A. (2016). *Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemai Gizi Besi pada Remaja Putri Di SMKN 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah*. Jurnal Kesehatan.
- Andriani, M. Dan Wirjatmaji, B. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Fauziah, D., Nurlina, dan Korneliani, K. (2012). *Hubungan antara Pola Menstruasi dan Konsumsi Zat Besidengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Infirmatika Ciamis*.
- Kirana, DP. (2011). *Hubungan Asupan Zat Gizi dan Pola Menstruasi dengan Kejadian anemia pada Remaja Putri di SMA N 2 Semarang*: Diponegoro University.
- Mardiana, Aulia Putri. (2018). *Hubungan Sikap Pencegahan Anemia dan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Remaja Putri Di Smk N 1 Sukoharjo*. Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Maulana, Heri D. J. (2009). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.