

Gambaran Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Indramayu

Suci Nurjanah^{1*} Berlian Kusuma Dewi^{2*}

^{1,2} Politeknik Negeri Indramayu

*Email Korespondensi: Sucinurjanah@polindra.ac.id

Kata Kunci:	Anemia merupakan masalah kesehatan global yang signifikan, terutama di kalangan remaja putri. Remaja putri berada dalam fase pertumbuhan cepat dan mengalami perubahan fisiologis seperti menstruasi. Masa remaja adalah periode kritis dalam kehidupan seorang individu, dimana kebutuhan akan zat besi meningkat untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan kognitif, dan produksi sel darah merah. Prevalensi anemia pada remaja putri menjadi perhatian utama karena dapat berdampak terhadap kesehatan jangka panjang, performa akademik, dan kualitas hidup. Oleh karena itu, penelitian mengenai kejadian anemia pada remaja sangat penting agar dapat menyusun strategi intervensi yang efektif dan mencegah komplikasi lebih lanjut. Tujuan: Untuk mengetahui gambaran kejadian anemia pada remaja putri. Metode: Penelitian ini merupakan studi deskriptif dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Sebanyak 87 remaja putri yang telah memenuhi kriteria inklusi menjadi responden dalam penelitian ini. Hasil: Sebanyak 21,8% remaja putri masih mengalami anemia. Kesimpulan: Kejadian anemia masih ditemukan pada remaja putri di Kabupaten Indramayu.
Keywords:	Anemia, adolescent girls, Genesis
Info Artikel	
Tanggal dikirim:	29-08-2024
Tanggal direvisi:	07-09-2024
Tanggal diterima:	11-09-2024
DOI Artikel:	
Halaman:	29-35
	<i>Analysis of Anemia Incidence in Adolescent Girls in Indramayu Regency</i>
	<i>Anemia is a significant global health issue, particularly among adolescent girls who are in a phase of rapid growth and undergoing physiological changes such as menstruation. Adolescence is a critical period in an individual's life, during which the need for iron increases to support growth, cognitive development, and red blood cell production. The prevalence of anemia among adolescent girls is a major concern as it can impact on long-term health, academic performance, and quality of life. Therefore, the description of anemia incidence in adolescent girls is crucial to inform effective intervention strategies and prevent further complications. Objective: To determine the incidence of anemia among adolescent girls. Method: This research is a descriptive study with a cross-sectional approach. A total of 87 adolescent girls who met the inclusion criteria participated in the study. Results: 21.8% of the adolescent girls were experienced anemia. Conclusion: Anemia cases among adolescent girls are still found in Indramayu Regency.</i>

Pendahuluan

Anemia adalah kondisi dimana kadar hemoglobin dan eritrosit berada di bawah batas normal. Anemia menurut World Health Organization (WHO) didefinisikan sebagai suatu kondisi dimana hemoglobin dalam darah kurang dari normal karena kekurangan satu atau lebih nutrisi penting, terlepas dari penyebab defisiensi tersebut. Prevalensi anemia di seluruh dunia di kalangan remaja adalah 15% (27% di negara berkembang dan 6% di negara maju) (Indriani et al., 2023). Menurut Shaka & Wondimagegne (2018) menunjukkan bahwa orang yang lebih rentan terhadap anemia adalah remaja wanita, perempuan dalam keadaan fisiologis seperti menstruasi, remaja dengan status sosial ekonomi rendah, remaja dengan defisiensi makronutrien dan remaja dengan infeksi malaria dan cacing.

Anemia dapat menyebabkan gejala seperti kelelahan, kelemahan, dan penurunan konsentrasi. Anemia dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kekurangan gizi, infeksi, faktor genetik, dan kondisi kronis. Kekurangan zat besi merupakan penyebab anemia yang paling umum, terutama di kalangan wanita usia produktif termasuk remaja putri. Menurut *World Health Organization* (2019), defisiensi zat besi merupakan penyebab utama anemia global, khususnya di negara berkembang, dimana pola makan rendah zat besi heme dari sumber hewani lebih umum. Vitamin B12 dan asam folat merupakan komponen esensial untuk pembentukan sel darah merah yang mengandung hemoglobin.

Remaja putri yang mengalami kekurangan kadar hemoglobin dalam tubuh dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, sehingga mereka lebih rentan terhadap masalah kesehatan lainnya (Indrawatiningsih et al., 2021). Masalah kesehatan yang muncul antara lain remaja putri mudah lelah yang berlebih, penurunan energi, hingga munculnya kecemasan. Salah satu penyebab utama anemia pada remaja putri adalah siklus menstruasi bulanan. Kerentanan ini semakin meningkat dengan kurangnya pengetahuan mereka tentang anemia. Selain itu, kurangnya asupan zat besi juga memperburuk kondisi ini. Zat besi sangat penting bagi remaja putri untuk mendukung percepatan pertumbuhan dan perkembangan . Kebutuhan zat besi pada remaja putri lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki, karena dibutuhkan untuk menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi (Nilawati & Sembiring, 2022)

Diet, tidak makan, pola makan vegetarian, konsumsi makanan tinggi karbohidrat, dan makanan cepat saji adalah faktor risiko anemia pada remaja. Sekitar 75% remaja perempuan

memiliki pola makan yang kurang memadai, terutama zat besi, dan tidak memenuhi kebutuhan diet zat besi yang dibutuhkan akibat kehilangan darah selama menstruasi, dibandingkan dengan hanya 17% remaja laki-laki (El Banna et al., 2019).

Saat ini, mayoritas penelitian tentang anemia lebih banyak berfokus pada ibu hamil dan anak-anak. Sayangnya, hanya sedikit penelitian yang membahas kejadian anemia pada remaja putri. Padahal, beberapa penelitian di negara berkembang menunjukkan bahwa angka kejadian anemia pada remaja putri cukup tinggi (Dewi et al., 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukan kajian mendalam mengenai analisis kejadian anemia pada remaja putri, khususnya pada remaja putri di Kabupaten Indramayu. Remaja putri merupakan calon ibu yang akan mengandung calon penerus bangsa, sehingga pencegahan kejadian anemia sangat diperlukan untuk pencegahan stunting pada anak yang dikandungnya kelak. Siswi-siswi di salah satu sekolah di Kabupaten Indramayu dipilih sebagai subjek penelitian ini untuk mewakili populasi remaja putri di Kabupaten Indramayu.

Metode

Penelitian ini merupakan studi deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sebanyak 87 remaja putri telah memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi tersebut meliputi remaja putri yang berusia 15-19 tahun dan telah mengalami menstruasi. Remaja putri yang memiliki riwayat penyakit *Thalassemia* dikecualikan dari penelitian ini. Variabel dalam penelitian ini mencakup variabel independen seperti usia, berat badan, tinggi badan, dan indeks massa tubuh. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan frekuensi setiap variabel.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Usia

No	Usia	Jumlah	Persentase
1	15 tahun	24	27,6
2	16 tahun	45	51,7
3	17 tahun	18	20,7
	Rata-rata		15,93

Berdasarkan Tabel 1, rentang usia remaja putri yang berpartisipasi dalam kegiatan skrining anemia bervariasi. Setengah dari responden berusia 16 tahun (51,7%), dengan usia termuda 15 tahun dan usia tertua 17 tahun.

Tabel 2. Indeks Masa Tubuh (IMT)

No	IMT	Jumlah	Presentase
1	Kurus	33	37,9
2	Normal	47	54
3	Gemuk/Obesitas	7	8

Tabel 2 menunjukkan karakteristik Indeks Masa Tubuh remaja putri di Kabupaten Indramayu. Lebih dari sebagian siswi memiliki IMT normal (54%), namun sebanyak 37,9% siswi memiliki IMT di bawah normal atau kurus.

Tabel 3. Kejadian Anemia

No	IMT	Jumlah	Presentase
1	Anemia	19	21,8
2	Normal	68	78,2

Tabel 3 menunjukkan kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Indramayu. Sebanyak 21,8% remaja putri masih memiliki kadar hemoglobin di bawah 12 g/dL. Hal ini menunjukkan bahwa kejadian anemia pada remaja putri masih ditemukan di Kabupaten Indramayu.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masih terdapat remaja putri mengalami anemia di Kabupaten Indramayu. Hal ini sejalan dengan penelitian Indrawatiningsi et al., (2021) yang memaparkan kejadian anemia pada remaja putri sebanyak 32,7% masih ditemukan di Kabupaten Oku Timur. Vianty dan Siti (2021) memaparkan bahwa 32,27% remaja putri masih mengalami anemia ringan dan berat. Selain itu, studi di India juga menyebutkan bahwa hampir sebagian remaja putri yang berpartisipasi dalam penelitian mengalami anemia berat dan sedang (Chandrakumari et al, 2019).

Pada hasil penelitian ini didapatkan hasil IMT pada remaja putri yaitu kurus (37,9%) dan 8% dari jumlah total responden mengalami berat badan berlebih. IMT disinyalir menjadi

salah satu faktor yang berhubungan erat dengan kejadian anemia pada remaja putri (Dewi, Nurjanah, Murti, 2023). IMT yang kurang dari normal dipengaruhi oleh pola makan yang kurang baik. Lasmawanti et al., (2024) menyatakan ada hubungan anemia dengan pola makan yakni anemia pada remaja berhubungan erat dengan pola makan yang tidak baik akibat pola dan gaya hidup modern. Kebiasaan makan adalah suatu perilaku yang berhubungan dengan makan seseorang, pola makanan yang dimakan, pantangan makanan, distribusi makanan dalam keluarga dan preferensi terhadap makanan serta cara memilih makanan. Kebutuhan gizi yang tidak terpenuhi dapat meningkatkan risiko kejadian malnutrisi pada remaja atau kejadian anemia pada remaja putri. Kejadian anemia pada remaja dapat disebabkan oleh banyak faktor, namun faktor asupan nutrisi yang kurang dari kebutuhan tubuh memberikan dampak langsung terhadap kadar hemoglobin sehingga terjadi anemia.

Menurut Dewi (2020) faktor – faktor yang mempengaruhi kejadian anemia yang meliputi meningkatnya kebutuhan zat besi yang memuncak di usia 14-15 tahun untuk pertumbuhan dan perkembangan serta proses menstruasi, kurangnya asupan zat besi, kehamilan pada usia remaja, penyakit infeksi dan infeksi parasit, sosial ekonomi, status gizi yang menunjukkan bahwa remaja dengan status gizi kurus mempunyai risiko mengalami anemia 1,5 kali dibandingkan remaja dengan status gizi normal dan pengetahuan. Hasil penelitian dari Alexander (2020) remaja putri yang memiliki status gizi kurus mempunyai peluang 2,565 kali untuk mengalami anemia dibandingkan remaja putri yang memiliki status gizi yang normal.

Anemia merupakan kondisi multifaktorial yang dipengaruhi beberapa faktor yang perlu dikaji lebih lanjut. Pendekatan komprehensif yang mencakup pencegahan dan pengobatan pada semua tingkat faktor ini sangat penting untuk mengurangi prevalensi anemia secara global. Intervensi gizi, seperti fortifikasi makanan dan suplementasi zat besi, telah terbukti efektif dalam menurunkan angka anemia di banyak populasi. Namun, tantangan utama tetap dalam hal akses ke layanan kesehatan, terutama di daerah terpencil dan di kalangan kelompok berpenghasilan rendah. Selain itu, kesadaran dan edukasi tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin dan pola makan seimbang pada remaja putri perlu ditingkatkan.

Simpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja putri di Kabupaten Indramayu mengalami anemia sejumlah 21,8%. Hal ini menunjukkan masih cukup tinggi angka kejadian anemia di kalangan remaja sehingga perlunya untuk dilakukan tindakan intervensi segera untuk mengatasi kejadian anemia.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih pada Politeknik Negeri Indramayu telah memberikan Hibah Internal penelitian Dosen Pemula sehingga penelitian ini terlaksana dan terimakasih kepada SMK Teladan Kertasemaya yang telah bersedia mejadi lokasi penelitian.

Daftar Pustaka

- Alexander, M. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sekolah SMPN 09 Pontianak Tahun 2019. *Jurnal_Kebidanan*, 9(2), 394–403. https://doi.org/10.33486/jurnal_kebidanan.v9i2.84
- Chandrakumari A.S., Sinha, P., Singaravelu, S., Jaikumar, S. (2019), Prevalence of Anemia Among Adolescent Girls in a Rural Area of Tamil Nadu, India. *J Family Med Prim Care* 2019;8:1414-7.
- Dewi, I.M., Basuki, P., Marlina, R.C. Basuki. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. 10(4), 589–598.
- Dewi, B. K., Nurjanah, S., & Murti, N. W. H. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Journal of Nursing and Health*, Vol.8(No.4), 426–431. <http://jurnal.politeknikyakpermas.ac.id/index.php/jnh/article/view/317/jnh>.
- ELBanna, M. M., Elbbandrawy, A. M., Elhosary, E. A., & Gabr, A. A. (2019). Relation Between Body Mass Index and Premenstrual Syndrome. *Current Science International*, 8(2), 394–402. <https://www.curreweb.com/csi/csi/2019/394-402.pdf>
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1116>
- Indriani, F., Rahayu, R. P., Diii, P., Teknologi, K. I., & Indragiri, B. (2023). Factors Related to

Incidence of Anemia in Adolescent Girl Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. INCH : Journal of Infant And Child Healthcare, 2(1), 33–39.

Lasmawanti, S., Muflih, & Ardilla Siregar, M. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja di SMA Budi Agung Medan. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 5(1), 77–85. <https://jurnal.akperrscikini.ac.id/index.php/JKC/article/view/152/153>

Nilawati Nilawati, & Ninsah Mandala Putri Sembiring. (2022). Analisis Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Ditinjau Dari Pengetahuan Dan Riwayat Menstruasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Stungkit Kecamatan Wampu Tahun 2022. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(2), 263–269. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v1i2.997>

Shaka, M. F., & Wondimagegne, Y. A. (2018). Anemia, a Moderate public health concern among adolescents in South Ethiopia. *PLoS ONE*, 13(7), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0191467>

Vianty MS, Siti DR, 2021. Gambaran Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Kabupaten Cirebon. *Colostrum Jurnal Kebidanan*,

Vlahakos, D., et al. (2021). Chronic Kidney Disease and Anemia. *Nephrology Dialysis Transplantation*.

World Health Organization. (2019). The Global Prevalence of Anemia in 2019". *The Lancet*.