

## FAKTOR PENYEBAB ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI POLIKLINIK RSUD DR. PIRNGADI MEDAN

Ilvira Ulpa Ismail<sup>1\*</sup>, Asrika Sari Harahap<sup>1</sup>, Rena Afri Ningsih<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Haji Sumatera Utara, Medan, Indonesia

email : [ilviraulpaismail@gmail.com](mailto:ilviraulpaismail@gmail.com), [asrikasariharahap1993@gmail.com](mailto:asrikasariharahap1993@gmail.com)

<sup>2</sup>Fakultas Kesehatan & Informatika, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

email : [afrirenaa@gmail.com](mailto:afrirenaa@gmail.com)

### **Abstract**

*Anemia is a condition characterized by a decrease in hemoglobin, hematocrit, and red blood cell count below the normal values established for individuals. Female adolescents have a tenfold higher risk of experiencing iron deficiency, commonly referred to as anemia, compared to their male counterparts. The issue of anemia among female adolescents can be caused by a lack of information, low awareness from parents, the community, and the government about adolescent health, as well as underutilization of adolescent health services. This study aimed to determine the relationship between knowledge and dietary patterns with the incidence of anemia among female adolescents. This research employed a quantitative approach with a cross-sectional design. The statistical analysis used was the chi-square test. The results indicated a significant relationship between knowledge and the incidence of anemia among female adolescents ( $p = 0.001$ ). Additionally, a significant relationship was found between dietary patterns and the incidence of anemia among female adolescents ( $p = 0.004$ ). Based on these findings, it can be concluded that there is a significant relationship between knowledge and dietary patterns with the incidence of anemia among female adolescents at the Internal Medicine Polyclinic of RSUD Dr. Pirngadi Medan.*

**Keywords :** Anemia, female adolescents, knowledge, dietary patterns, RSUD Dr. Pirngadi Medan.

### **Abstrak**

*Anemia merupakan kondisi yang ditandai oleh penurunan kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah di bawah nilai normal yang telah ditetapkan. Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk mengalami defisiensi zat besi, yang umumnya disebut sebagai anemia, dibandingkan dengan remaja laki-laki. Masalah anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh kurangnya informasi, rendahnya kepedulian dari orang tua, masyarakat, dan pemerintah terhadap kesehatan remaja, serta kurangnya pemanfaatan layanan kesehatan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional. Uji statistik yang digunakan adalah uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri ( $p = 0,001$ ). Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri ( $p = 0,004$ ). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi Medan.*

**Kata Kunci :** Anemia, remaja putri, pengetahuan, pola makan, RSUD Dr. Pirngadi Medan.

## PENDAHULUAN

Pengetahuan merupakan dari hasil yang selama ini diketahui ataupun dipelajari, artinya pengetahuan memiliki tingkatan yaitu: pertama tahu, kedua memahami, ketiga aplikasi, keempat analisis, kelima sintesis, dan yang terakhir evaluasi. Tingkat pengetahuan merupakan salah satu dari terjadinya anemia, meskipun ada faktor yang memicu terjadinya kejadian anemia (Kusnadi, 2021) hal ini dikarenakan Ketika manusia itu tau maka kemungkinan besar akan berbuat sehingga akan memberi dampak terhadap apa yang dituju..

Remaja memiliki beragam kegiatan baik kegiatan pribadi maupun kegiatan di sekolah. Sehingga remaja kesulitan untuk mengatur pola makan maupun komposisi yang dimakan hal ini tidak sesuai dengan kebutuhan remaja. Akibatnya para remaja sering merasakan lelah, lemah, lesu dan tidak bertenaga, namun dalam kondisi seperti itu bisa disebabkan karena anemia atau dalam Bahasa sehari-hari disebut dengan kurang darah (Basith et al., 2017). Banyak remaja memiliki pengetahuan yang kurang terkait penyebab terjadinya anemia .salah satunya pola makanan yang sembarangan, hal ini didukung oleh banyaknya remaja yang makan sembarangan dan hanya mementingkan kenikmatan semata. Padahal, masa remaja kebutuhan akan gizi dan zat besi akan lebih tinggi dibanding dengan rentan usia sebelum dan sesudah nya, dikarenakan masa remaja merupakan masa transisi penting pertumbuhan dari anak-anak menuju dewasa (Rasyid et al., 2022).

Remaja termasuk salah satu rentan gizi yang disebabkan oleh percepatan pertumbuhan dan perkembangan, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan, kehamilan remaja, dan aktivitas fisik (Sari et al., 2022).

Remaja putri merupakan kelompok yang beresiko sepuluh kali lebih besar untuk mengalami defisiensi zat besi yang biasa disebut dengan anemia dibandingkan remaja laki-laki, Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan

sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak (H. Handayani. 2019).

Masalah anemia zat besi pada remaja dapat disebabkan oleh kurangnya informasi, kepedulian orangtua, Masyarakat dan pemerintah tentang kesehatan remaja dan pelayanan kesehatan remaja yang kurang dimanfaatkan (Anggoro, 2020). Menstruasi merupakan salah satu penyebab terjadinya anemia pada remaja putri, kekurangan zat besi pada beberapa makanan, nutrisi yang teratur dan pola makan yang tidak teratur pada remaja serta aktivitas dapat menjadi kendala pada remaja untuk makan secara teratur (Laksmita & Yeni, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi terdapat 6 dari 10 remaja mengalami anemia. Data tersebut diketahui dengan cara melakukan penyebaran kuesioner yang diambil sampel sebanyak 10 orang. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat sejauh mana hubungan Pola makan dan pengetahuan remaja terhadap terjadinya kejadian anemia pada remaja di poliklinik penyakit dalam RSUP Pirngadi Medan.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode *penelitian cross sectional*. Peneliti melakukan penelitian di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi Medan dimulai dari Februari s/d Mei 2025. jumlah sampel yang diambil adalah 48 remaja putri yang ada di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi Medan.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner yang digunakan terdiri dari kuesioner A (tingkat pengetahuan remaja tentang anemia) dan Kuesioner B (pola makan responden). Analisa data menggunakan analisis univariat dan bivariat, uji statistik yang di pakai adalah uji *chi square*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat dilakukan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan variabel yang meliputi pengetahuan dan pola makan. Berdasarkan hasil penelitian, deskripsi data hasil penelitian tentang karakteristik responden dapat dijabarkan dalam bentuk tabel berikut ini:

**Tabel 1 Karakteristik Responden di RSUD Dr. Pirngadi Medan**

Kategori		Jumlah	Persentase (%)
Kejadian Anemia	Anemia	41	85,4
	Tidak Anemia	7	14,6
Jumlah		48	100
Pengetahuan	Baik	7	14,5
	Cukup	11	23
	Kurang	30	62,5
Jumlah		48	100
Pola Makan	Sehat	13	27
	Tidak Sehat	35	73
Jumlah		48	100

Sumber : Data Primer

**Tabel 2 Analisis Chi Square pada remaja putri di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. pirngadi Tahun 2025**

Variabel	Kejadian Anemia				Total		P Value
	Anemia		Tidak Anemia				
	N	%	N	%	N	%	
Pengetahuan							
Baik	3	42,9	4	57,1	7	100,0	0,001
Cukup	9	81,8	2	18,2	11	100,0	
Kurang	29	94,7	1	3,3	30	100,0	
Total	41	85,4	7	14,6	48	100,0	
Pola Makan							
Sehat	8	61,5	5	38,5	13	100,0	0,004
Tidak Sehat	33	94,3	2	5,7	35	100,0	
Total	41	85,4	7	14,6	48	100,0	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel diatas diperoleh data dari variabel pengetahuan, dapat menunjukkan bahwa yang paling mendominasi adalah remaja putri dengan anemia memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 29 responden (94,7%).

Berdasarkan tabel di atas maka dapat diketahui bahwa dari 48 responden, mayoritas responden mengalami anemia sebanyak 41 responden (85,4%). Mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 30 responden (62,5 %). Sedangkan pada kategori pola makan, mayoritas responden memiliki pola makan yang tidak sehat sebanyak 35 responden (73%).

Hasil uji bivariat menggunakan *Chi-Square* tentang hubungan pola makan dan pengetahuan remaja putri dipoliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi dengan variabel pengetahuan dan pola makan.

Selanjutnya hasil  $p$  0,001 ( $<0,05$ ) yang berarti adanya hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia yang dialami oleh remaja putri di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi.

Berdasarkan variabel pola makan, didapatkan bahwa yang paling mendominasi adalah remaja putri dengan anemia memiliki pola makan tidak sehat sebanyak 33 responden (94,3%). Selanjutnya hasil  $p$  0,004 ( $<0,05$ ) yang berarti adanya hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia yang dialami oleh remaja putri di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi.

### **Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa remaja putri dengan anemia memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 26 responden (89,6%) dengan hasil  $p$  0,001 dinyatakan ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi.

Penelitian ini sejalan dengan Dani (2022) yang menyatakan adanya hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja puskesmas Wonosalam Remaja dengan pengetahuan baik akan cenderung untuk memenuhi kebutuhan gizi, serta menjaga pola makan sehingga terhindar dari terjadinya anemienia. Remaja putri merupakan salah satu populasi yang resiko mengalami kejadian anemia lebih banyak dari pada remaja laki-laki. Kejadian ini terjadi karena remaja putri juga mengalami menstruasi dan selalu melakukan diet agar mendapatkan tubuh yang ideal sehingga tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi (Laksmi & Yenie, 2018).

### **Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa remaja putri dengan anemia memiliki pola makan tidak sehat sebanyak 33 responden (94,3%). Selanjutnya hasil  $p$  0,004 dinyatakan ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Rosida & Dwihesti, (2020) yang didapatkan hasil menunjukkan ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia. Menurut Antono et al., (2020). *Odds Ratio* (OR) merupakan bentuk dari asosiasi (faktor resiko) dengan menghitung angka kejadian pada kelompok resiko dibandingkan angka kejadian tidak resiko.

Faktor penyebab anemia salah satunya dengan pola makan yang buruk. Makanan bagi remaja harus memiliki kualitas yang baik agar dapat memengaruhi kesehatan tubuh yang kuat dan bergizi. Eritrosit merupakan salah satu sumber untuk pembentukan energi. Dalam eritrosit terdapat hemoglobin, jika asupan energi cukup maka hemoglobin juga akan cukup, dan sebaliknya begitu jika kurang maka hemoglobin akan turun (Kadir, 2016). Kejadian anemia memiliki faktor-faktor penghubung yaitu, faktor dari asupan protein, pola makan, menstruasi yang berkepanjangan, dan tidak suka makan sayuran berwarna hijau. Kebiasaan remaja putri yang dapat menjadikan anemia yaitu dengan cara diet, karena remaja putri menginginkan penampilan yang sangat sempurna dengan cara mengurangi gizi yang ada dimakan (Megawati, 2016).

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan dan pola makan terhadap kejadian anemia pada pasien remaja putri di RSUD Dr. Pirngadi dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia, maksudnya semakin tinggi Tingkat pengetahuan remaja maka semakin kecil resiko terjadinya anemia.

Sementara pada variabel pola makan dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia yang dialami oleh remaja putri di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi. Semakin sehat pola makan remaja maka semakin kecil terjadi anemia pada remaja putri.

Berdasarkan dari pengalaman peneliti dalam proses penelitian terdapat kekurangan diantaranya adalah informasi yang diberikan responden melalui kusioner terkadang tidak menunjukkan pendapat responden yang sebenarnya terutama mengenai pengisian kusioner terkait siklus menstruasi karena masih kurangnya pemahaman responden terhadap anemia. Remaja juga banyak yang takut pada saat dilakukan pengecekan anemia, dikarenakan kurangnya pengetahuan akan pemeriksaan anemia.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro, S. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada siswi SMA. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(3), 341–350.
- Antono, S. D., Setyarini, A. I., & Mar'ah, M. (2020). Pola makan pada remaja berhubungan dengan kejadian anemia pada siswa kelas VII. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(2), 223–232.
- Dasfianti, Ganis Indriati, & Riri Novayelinda. (2023). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Pemenuhan Kebutuhan Cairan pada Anak . *HEALTH CARE: JURNAL KESEHATAN*, 12(1), 104-111. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v12i1.285>
- Handayani, E. Y., & Sepduwiana, H. (2019). Hubungan pengetahuan remaja dan pendidikan ibu terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 02 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu. *Jurnal Maternity and Neonatal*, 466–474. <http://e-journal.upp.ac.id/index.php/akbd/article/view/1912>
- Kadir. (2016). *Kebiasaan makan dan gangguan pola makan serta pengaruhnya*.
- Laksmita, S., & Yenie, H. (2018). Hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kejadian anemia di Kabupaten. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 104. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1016>
- Lestari, N. K. Y., Jayanti, D. M. A. D., Dewi, N. L. P. T., Wati, N. M. N., & Sudarma, N. (2023). Penerapan program penanggulangan stunting: Pemberian edukasi dan tablet tambah darah (TTD) untuk mencegah anemia pada remaja putri. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Aptekmas)*, 6, 7–12.
- Nelwan, J. E., Monisye Lesawengen1, Timothy Sean Kairupan, & Oksfriani Jufri Sumampouw. (2023). Kejadian Anemia Ibu Hamil Di Wilayah Kepulauan. *HEALTH CARE: JURNAL KESEHATAN*, 12(1), 29-37. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v12i1.176>
- Putra, R. W. H., Supadi, J., & Wijaningsih, W. (2019). Pengaruh pemberian edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap mengenai anemia pada remaja putri. *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), 75–78. <https://doi.org/10.31983/jrg.v7i2.5220>
- Rasyid, P. S., Zakana, R., & Tasnan, A. Z. (2022). *Remaja dan stunting*. Penerbit NEM.
- Rosida, L., & Dwihesti, L. K. (2020). Aktivitas fisik, status gizi dan pola makan pada remaja putri dengan anemia. *JKM Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 92–103.
- Sari, P., Dhamayanti, M., & Hilmanto, D. (2022). *Buku saku anemia defisiensi pada remaja putri*.