

Prevalensi Anemia pada Remaja Putri di Puskesmas Kedungwuni II

Neti Mustikawati¹ , Robiatul Adawiyah²

¹ Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

² Puskesmas Kedungwuni II, Indonesia

 neti.mustikawati@yahoo.com

Abstract

Adolescent girls are one of the age groups that are vulnerable to anemia. The anemia experienced by adolescent girls has an impact on health in both the short and long term. Pregnant women who experience anemia are at risk of becoming anemic pregnant women too, where this condition will affect the growth and development of the fetus, including the risk of stunting in children. The aim of the research was to determine the prevalence of anemia in adolescent girls in the Kedungwuni II Community Health Center working area. This research used a descriptive method with a total of 171 respondents. Data collection was carried out by examining hemoglobin levels in teenage girls in grades 7 and 10 in 7 schools consisting of 4 SMP/MTs and 3 SMA/MA. The results of the study showed that the majority of respondents, 63.2%, were in the normal or non-anemic category, and 36.8% of respondents experienced anemia with the following category details: 19.3% were in the mild anemia category, 16.4% were moderate anemia, and 1.2% severe anemia. There are still 36.8% of respondents who suffer from anemia who need to take further action to improve their health condition, namely by giving blood supplement tablets and also education about the importance of consuming nutritionally balanced foods, especially those containing lots of iron and folic acid.

Keywords: Anemia; Adolescent Girls; Stunting

Prevalensi Anemia pada Remaja Putri di Puskesmas Kedungwuni II

Abstrak

Remaja putri (rematri) merupakan salah satu kelompok usia yang rentan mengalami anemia. Anemia yang dialami oleh rematri berdampak bagi kesehatan baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Rematri yang mengalami anemia berisiko untuk menjadi ibu hamil yang anemia juga, dimana kondisi ini akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin termasuk risiko untuk terjadinya stunting pada anak. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui prevalensi anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kedungwuni II. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan jumlah responden 171. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan pemeriksaan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas 7 dan 10 di 7 sekolah yang terdiri dari 4 SMP/MTs dan 3 SMA/MA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden 63,2% masuk dalam kategori normal atau tidak anemia, dan 36,8% responden mengalami anemia dengan rincian kategori sebagai berikut: 19,3% termasuk dalam kategori anemia ringan, 16,4% anemia sedang, serta 1,2% anemia berat. Masih terdapat responden yang mengalami anemia sebesar 36,8% yang perlu dilakukan tindakan lanjut untuk memperbaiki kondisi kesehatannya yaitu dengan pemberian tablet tambah darah dan juga edukasi tentang pentingnya mengkonsumsi makanan yang bergizi seimbang terutama yang banyak mengandung zat besi dan asam folat.

Kata kunci: Anemia; Remaja Putri; Stunting

1. Pendahuluan [Heading 1]

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal (WHO, 2011). Hemoglobin adalah salah satu komponen dalam sel darah merah/eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. Oksigen diperlukan oleh jaringan tubuh untuk melakukan fungsinya. Kekurangan oksigen dalam jaringan otak dan otot akan menyebabkan gejala antara lain kurangnya konsentrasi dan kurang bugar dalam melakukan aktivitas. Hemoglobin dibentuk dari gabungan protein dan zat besi dan membentuk sel darah merah/eritrosit[6]. Anemia dapat terjadi pada semua kelompok umur mulai dari bayi sampai lanjut usia. Remaja putri (rematri) merupakan salah satu kelompok usia yang rentan mengalami anemia. Masa remaja merupakan salah satu periode terjadinya percepatan pertumbuhan dan perkembangan yang menyebabkan peningkatan kebutuhan akan zat besi dalam tubuh. Pada remaja putri, zat besi juga dibutuhkan untuk menggantikan zat besi selama masa menstruasi. Berdasarkan hasil riskesdas pada tahun 2018, tercatat sebesar 26,8% anak usia 5-14 tahun menderita anemia dan 32% pada usia 15-24 tahun[2].

Anemia pada rematri dapat menimbulkan dampak jangka pendek maupun jangka panjang yang tidak baik bagi kesehatan. Dampak jangka pendek dapat berupa menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit infeksi. Kondisi anemia menyebabkan berkurangnya pasokan oksigen ke sel otot dan sel otak, hal ini bisa membuat kebugaran dan ketangkasan berpikir menurun, sehingga bisa membuat prestasi belajar dan produktivitas kerja juga menurun. Dampak jangka panjang dari anemia dapat terbawa hingga saat remaja putri ini menjadi ibu hamil anemia yang bisa mengakibatkan perdarahan sebelum dan saat melahirkan yang dapat mengancam keselamatan ibu dan bayinya. Sedangkan bayi yang dikandungnya dapat mengalami pertumbuhan janin terhambat (PJT), kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), dan gangguan tumbuh kembang anak, di antaranya stunting dan gangguan neurokognitif. Bayi yang lahir dengan cadangan zat besi (Fe) rendah akan berlanjut menderita anemia pada bayi dan usia dini, hal ini bisa meningkatkan risiko kesakitan dan kematian neonatal dan bayi [6].

Berdasarkan data dari profil kesehatan tahun 2021 menunjukkan bahwa jumlah kematian balita sebanyak 27.566. Dari jumlah seluruh kematian balita tersebut, 73,1% diantaranya terjadi pada masa neonatal (20.154 kematian) dan dari seluruh kematian neonatal yang dilaporkan, sebagian besar diantaranya (79,1%) terjadi pada usia 0-6 hari, sedangkan kematian pada usia 7-28 hari sebesar 20,9%. Sementara itu, kematian pada masa post neonatal (usia 29 hari-11 bulan) sebesar 18,5% (5.102 kematian) dan kematian anak balita (usia 12-59 bulan) sebesar 8,4% (2.310 kematian). Penyebab kematian neonatal terbanyak pada tahun 2021 adalah kondisi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) sebesar 34,5% dan asfiksia sebesar 27,8% [7]. Sedangkan untuk kejadian stunting pada anak berdasarkan data dari hasil riset kesehatan dasar (RISKESDAS) terakhir tahun 2018 adalah 30,8%, kemudian berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) terakhir tahun 2021 data stunting pada anak adalah 24,4% [1].

Anemia merupakan suatu gejala yang harus dicari penyebabnya dan penanggulangannya dilakukan sesuai dengan penyebabnya. Pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk menurunkan anemia melalui berbagai program yang dilaksanakan

oleh Puskesmas diantaranya adalah dengan skrining anemia pada rematri di sekolah dan pemberian tablet tambah darah, dimana upaya ini juga termasuk termasuk dalam intervensi spesifik dalam upaya pencegahan stunting pada anak. Puskesmas Kedungwuni II, sebagai salah satu lembaga pelayanan kesehatan di kecamatan Kedungwuni kabupaten Pekalongan, memiliki peran penting dalam pemantauan dan penanganan kondisi kesehatan masyarakat di wilayah tersebut. Informasi terkini mengenai prevalensi anemia pada remaja putri di Puskesmas Kedungwuni II sangat penting untuk merencanakan program intervensi yang tepat dan efektif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang prevalensi anemia pada remaja putri di Puskesmas Kedungwuni II. Penelitian ini akan memberikan data yang relevan bagi Puskesmas Kedungwuni II dan pihak terkait dalam merencanakan program pencegahan dan intervensi yang sesuai untuk mengatasi anemia pada remaja putri di wilayah ini.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif, pengambilan data dilakukan secara langsung pada responden dengan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin dengan menggunakan POCT (point of care test) yaitu alat Hb meter dan strip. Penelitian di lakukan di 7 sekolah yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kedungwuni II yang terdiri dari 4 SMP sederajat dan 3 SMA sederajat. Pengambilan sampel dengan menggunakan total sampling dengan kriteria inklusi yaitu semua remaja putri SMP sederajat kelas 7 dan SMA sederajat kelas 10. Analisis data menggunakan analisis univariat berupa distribusi frekuensi dan presentase. Data di kategorikan menjadi 4 yaitu normal (tidak/non anemia) jika kadar Hb di atas sama dengan 12 g/dl, anemia ringan jika kadar Hb diantara 11-11,9 g/dl, anemia sedang jika kadar Hb diantara 8-10,9 g/dl, dan anemia berat jika kadar Hb kurang dari 8 g/dl.

3. Hasil dan Pembahasan

Pada bagian ini, penulis harus menanggapi “**apa artinya hasil yang telah diperoleh dan diklaim sebagai temuan penelitian**”. Hasil penelitian dapat berupa Tabel, Gambar yang diolah, atau deskripsi yang menggambarkan temuan penelitian. Semua Tabel dan Gambar harus diberikan nomor urut dan disitasi/disebutkan dahulu dalam paragraf sebelumnya **(Lihat cara penyajian Tabel dan Gambar pada bagain akhir template ini)**. Perlu diingat bahwa Tabel dan Gambar merupakan instrumen pendukung klaim hasil penelitian.

Pada bagian pembahasan, penulis perlu membuat “diskusi” sesuai dengan hasil penelitian yang disajikan, namun jangan mengulangi hasilnya. Penulis perlu membandingkan hasil penelitian dengan hasil-hasil penelitian sebelumnya (yang beberapa diantaranya terdapat pada bagian pendahuluan). Mungkin saja sebuah hasil penelitian menguatkan hasil penelitian orang lain, memperbaiki, atau bahkan bertolak belakang. Apapun hasilnya, penulis harus membuat “dialog” dengan hasil penelitian orang lain, berdasar pada *grand theory* yang ada. Jika temuannya ternyata berbeda dengan temuan orang lain, ini mungkin adalah yang luar biasa, dan pada gilirannya, penulis harus menghadapinya dan meyakinkan pembaca bahwa temuan ini benar atau lebih baik dari yang ada.

Beberapa tips untuk membuat pembahasan pada sebuah manuskrip:

1. Hindari pernyataan yang melampaui hasil penelitian, jika dukungan data yang sah tidak tersedia.
2. Hindari ekspresi yang tidak spesifik seperti "temperatur terlalu tinggi", deskripsi kuantitatif jauh lebih baik (tuliskan 105°C untuk menyatakan temperatur terukur).
3. Hindari pengenalan istilah secara tiba-tiba, termasuk singkatan-singkatan baru yang belum terstandar; penulis harus mempresentasikan semuanya dalam pendahuluan, sebelum semua itu hadir tiba-tiba dalam pembahasan.
4. Spekulasi tentang kemungkinan interpretasi diperbolehkan, namun demikian, ini harus berakar pada kenyataan, bukan imajinasi. Untuk mencapai interpretasi yang baik, beberapa hal perlu diperhatikan:
 - a. Bagaimana hasil penelitian ini berhubungan dengan pertanyaan penelitian atau tujuan awal yang digariskan di bagian pendahuluan.
 - b. Apakah data yang diperoleh mendukung hipotesis yang telah dibuat saat membuat proposal penelitian.
 - c. Apakah hasil penelitian ini sesuai dengan apa yang telah dilaporkan oleh peneliti-peneliti lain.
 - d. Jika hasil penelitian ini tak terduga, penulis perlu memberikan dan menjelaskan alasannya, termasuk apa kelebihan dan kelemahannya.
 - e. Apakah ada cara lain yang lebih baru dan lebih mudah dipahami pembaca untuk menafsirkan hasil penelitian ini.
 - f. Apa penelitian lebih lanjut yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan yang belum bisa diungkap dari penelitian ini.
 - g. Jelaskan apa yang baru dari temuan ini, tanpa harus melebihi-lebihkan.

3.1. Hasil

Berdasarkan hasil dari pengambilan data sejumlah 171 responden dengan rincian 141 responden kelas 7 dan 41 responden kelas 10 didapatkan data bahwa sebagian besar responden 63,2% masuk dalam kategori normal atau tidak mengalami anemia, 36,8% responden mengalami anemia dengan rincian 19,3% masuk dalam kategori anemia ringan, 16,4% anemia sedang, dan 1,2% anemia berat. Data dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Anemia (n=171)

No.	Kategori Anemia	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Normal	108	63.2
2.	Ringan	33	19.3
3.	Sedang	28	16.4
4.	Berat	2	1,2
	Total	171	100

3.2. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden 63,2% masuk dalam kategori normal atau tidak mengalami anemia, dan 36,8% responden mengalami anemia dengan rincian 19,3% masuk dalam kategori anemia ringan, 16,4% anemia sedang, dan 1,2% anemia berat. Hal ini menunjukkan bahwa masih cukup banyak remaja putri yang mengalami anemia karena lebih dari 30% yang merupakan target dari indikator program gizi dan KIA pada tahun 2023 untuk presentase remaja putri anemia [4]. Angka ini juga masih lebih tinggi jika dibandingkan dengan prevalensi anemia di kalangan remaja perempuan di Ethiopia secara keseluruhan yang sebesar 23,02% [5]. Namun jika

dibandingkan dengan negara India tepatnya di kota Tamil Nadu kejadian anemia ini masih lebih rendah karena di daerah tersebut mencapai 48,63% [3].

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri salah satu diantaranya adalah karena adanya proses menstruasi. Pada penelitian ini ditemukan ada beberapa remaja putri yang saat dilakukan pengambilan data memang sedang mengalami menstruasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyanthini, 2021 dan Kumalasari, 2019 bahwa siklus menstruasi berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri [8] [10]. Kondisi anemia ini akan menimbulkan beberapa keluhan seperti pusing, sakit kepala, mudah lelah, mudah mengantuk, mata berkunang-kunang, sulit konsentrasi dalam belajar, anak tampak pucat.

Kondisi anemia ini juga berdampak buruk bagi remaja putri yang mengalaminya. Dampak dari anemia bagi remaja putri dapat berupa menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah sakit, menurunnya kebugaran dan ketangkasan berpikir karena kurangnya aliran oksigen ke sel otot dan otak, serta menurunnya prestasi belajar dan produktivitas kerja. Dampak lebih lanjut dari anemia pada remaja putri ini dapat dibawa sampai saat menjadi ibu hamil yang dapat berupa meningkatnya risiko pertumbuhan janin terhambat (PJT), kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), dan gangguan tumbuh kembang anak, di antaranya stunting dan gangguan neurokognitif, mengakibatkan perdarahan sebelum dan saat melahirkan yang dapat mengancam keselamatan ibu dan bayinya. Bayi yang lahir dengan cadangan zat besi (Fe) rendah akan berlanjut menderita anemia pada bayi dan usia dini, hal ini bisa meningkatkan risiko kesakitan dan kematian neonatal dan bayi.

Guna mencegah dampak buruk dari anemia ini maka diperlukan adanya upaya untuk mengatasi dan mencegah anemia pada remaja putri. Adapun upaya tersebut yang pertama adalah meningkatkan asupan nutrisi dengan menggunakan pedoman gizi seimbang terutama yang mengandung zat besi. Kedua melakukan fortifikasi bahan makanan dengan zat besi. Ketiga suplementasi zat besi atau tablet tambah darah (TTD) serta yang keempat yaitu pengobatan penyakit penyerta. Penelitian dari Minarfah, 2021 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Puskesmas Pakuan Baru Kota Jambi Tahun 2020 [9].

Pemerintah Indonesia telah menetapkan program pemberian TTD bagi semua rematri setiap minggu satu kali secara rutin minimal 26 tablet dalam satu tahun. TTD ini mengandung zat besi setara dengan 60 mg besi elemental dan 0,4 mg asam folat. Pelaksanaan program pemberian TTD bagi remaja putri ini dilakukan bekerja sama dengan pihak sekolah. Sedangkan bagi remaja putri yang mengalami anemia terutama anemia sedang dan berat diberikan tablet tambah darah yang harus dikonsumsi setiap hari secara rutin dan kemudian akan dilakukan pemeriksaan ulang guna mengevaluasi kondisi aneminya.

4. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 36,8% responden masih mengalami anemia. Kondisi anemia pada remaja putri dapat mengakibatkan berbagai dampak yang buruk bagi kesehatan baik jangka pendek maupun panjang. Diperlukan berbagai macam upaya untuk mengatasi dan mencegah anemia. Pemberian TTD merupakan salah satu upaya pemerintah yang dilakukan bekerja sama dengan pihak sekolah. Kegiatan ini harus

didukung oleh semua pihak dan dibutuhkan edukasi agar pemberian TTD ini bisa lebih efektif dan berhasil menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri.

Referensi

- [1] Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, “Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021”, Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021
- [2] Badan Penelitian dan Pengembangan, “Laporan Nasional RISKESDAS 2018”, Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019
- [3] Chandrakumari AS, Sinha P, Singaravelu S, and S Jaikumar, “Prevalence of Anemia Among Adolescent Girls in a Rural Area of Tamil Nadu, India”, *J Family Med Prim Care*, 2019 Apr; 8(4): 1414–1417.
- [4] Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, “Panduan Indikator Program Gizi Dan Kesehatan Ibu dan Anak”, Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021
- [5] Habtegiorgis SD, Petrucka P, Telayneh AT, Getahun DS, Getacher L, Alemu S, et al, “Prevalence and associated factors of anemia among adolescent girls in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis”, *PLoS ONE* 17(3): e0264063, 2021
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, “Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)”, Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018
- [7] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, “Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021”, Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021
- [8] Kumalasari D, Kameliawati F, Mukhlis H, Kristanti DA, “Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja”, *Wellness and Healthy Magazine* Vol 1, No 2, 2019
- [9] Minarfah A, Kartika R, Puspasari A, “Hubungan Asupan Zat Besi dan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Puskesmas Pakuan Baru Kota Jambi Tahun 2020”, *Medic. Medical Dedication* Vol. 4 No. 1, 2021
- [10] Widyantini DN, Widyantari DM, “Analisis Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Bangli, Provinsi Bali, Tahun 2019”, *Buletin Penelitian Kesehatan* Vol 49 No 2, 2021



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)
