

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK AL-MUHTADIN DEPOK

FACTORS THAT ASSOCIATED WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA IN FEMALE ADOLESCENT IN SMK AL-MUHTADIN DEPOK

Dyah Izmah¹, Sugiati¹

(Email/Hp: sugiatmi@umj.ac.id/ 081326276970)

¹Universitas Muhammadiyah Jakarta

ABSTRAK

Pendahuluan: Anemia gizi besi merupakan salah satu masalah kekurangan gizi, prevalensi anemia memiliki kecenderungan meningkat pada remaja. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja. **Bahan dan Metode:** Penelitian ini dilakukan pada 100 siswa SMK Al-Muhtadin Depok. Pola konsumsi pada remaja diukur dengan menggunakan *Food Frequency Questionnaire (FFQ)*, pengecekan kadar *Hemoglobin* dengan *EasyTouchGcHb*, dan analisis deskriptif dilakukan dengan menggunakan SPSS. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Al-Muhtadin Depok sebanyak 70%. Berdasarkan hasil analisis *chi square* pada hasil questioner dan wawancara terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan, dan lama menstruasi dengan kejadian anemia dan tidak ada hubungan antara pola konsumsi protein hewani dengan kejadian anemia pada remaja putri. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan, dan lama menstruasi dengan kejadian anemia. Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini di SMK Al Muhtadin Depok Siswi SMA mendapatkan pengetahuan yang cukup melalui lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah mengenai kejadian Anemia pada remaja sehingga dapat mengurangi kemungkinan terjadinya anemia pada siswi di SMK Al Muhtadin Depok.

Kata kunci: Anemia, Pengetahuan, Pola Konsumsi, Lama Menstruasi, Remaja Putri

ABSTRACT

Introduction: Iron nutritional anemia is the problem of malnutrition, the prevalence of anemia tends to increase in adolescents. **Aim:** This study aims to determine the factors associated with the incidence of anemia in adolescents. **Material and Methods:** This research was conducted on 100 students of SMK Al-Muhtadin Depok. Consumption patterns in adolescents were measured using the *Food Frequency Questionnaire (FFQ)*, examination of hemoglobin levels with *EasyTouchGcHb*, and descriptive analysis was carried out with SPSS. **Results:** the results of the study showed that the incidence of anemia in adolescent girls at Al-Muhtadin Vocational School, Depok was 70%. Based on the results of chi square analysis on the results of questionnaires and interviews, there is a relationship between the level of knowledge and length of menstruation with the incidence of anemia and there is no relationship between animal protein consumption patterns and the incidence of anemia in young women. **Conclusion:** There is a relationship between the level of knowledge and length of menstruation with the incidence of anemia. It is hoped that by carrying out this research at Al Muhtadin Vocational School, Depok, female high school students will gain sufficient knowledge through the school and home environment regarding the incidence of

anemia in teenagers so that it can reduce the possibility of anemia in female students at Al Muhtadin Vocational School, Depok.

Keywords: *Anemia, Knowledge, Consumption Patterns, Menstruation Duration, Young Women*

PENDAHULUAN

Menurut WHO (2015) prevalensi anemia di Dunia terdapat sekitar 51% Anemia pada balita sekitar 43%, untuk anak usia sekolah sebanyak 37%, pria dewasa 18%, dan untuk wanita tidak hamil sebanyak 35%.¹ Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013 remaja putri mengalami anemia berjumlah 37,1% dan mengalami peningkatan pada Riskesdas tahun 2018 menjadi 48,9%. Proporsi tersebut berdasarkan pada kelompok umur 15-24 tahun (R. D. Putri, Simanjuntak, and Kusdalinah 2020). Menurut Dinas Kesehatan Kota Depok, prevalensi kejadian anemia remaja putri di Kota Depok terdapat sekitar 34,5%.³

Masa remaja merupakan masa transisi yang dialami oleh seseorang dengan adanya perubahan baik dalam segi fisik maupun psikis. Adanya perubahan pada masa remaja dapat menimbulkan beberapa masalah kesehatan. Salah satu masalah kesehatan yang terjadi pada remaja ialah anemia.⁴ Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami anemia, hal tersebut disebabkan karena pada masa itu remaja putri juga mengalami menstruasi dan berpengetahuan kurang terhadap anemia. Pada saat remaja putri mengalami menstruasi yang pertama kali, remaja putri memerlukan lebih banyak zat besi untuk menggantikan kehilangan darah yang diakibatkan oleh menstruasi.⁵

Menstruasi merupakan proses pelepasan endometrium yang terlalu banyak di pembuluh darah, kejadian ini terjadi setiap 1 bulan sekali.⁶ Umumnya remaja mengalami menarche pada usia 12 hingga 16 tahun. Siklus normal terjadinya menstruasi setiap 22-35 hari dengan lama terjadinya menstruasi adalah 2-7 hari.⁷ Anemia merupakan suatu keadaan dimana seseorang memiliki kadar hemoglobin dan eritrosit yang lebih rendah dari kadar normal.⁸

Anemia zat besi pada remaja putri memiliki resiko lebih tinggi dibandingkan dengan remaja putra dikarenakan pada remaja putri kebutuhan absorpsi zat besi mengalami puncak pada usia 14-15 tahun, sedangkan pada remaja putra baru terjadi pada satu hingga dua tahun berikutnya.⁸ Pada perempuan kadar hemoglobin normal adalah 12-16 gr/dl dengan kadar eritrosit 3,5-4,5 jt/mm³.⁹ Kondisi anemia gizi pada remaja putri beresiko lebih tinggi karena hal tersebut dapat menyebabkan terjadinya penurunan daya tahan tubuh sehingga seseorang lebih mudah untuk terkena masalah Kesehatan. Anemia gizi besi merupakan salah satu masalah kekurangan gizi yang jika tidak dengan segera diatasi dapat menyebabkan gangguan pada pertumbuhan fisik, kecerdasan, menurunnya produktifitas kerja dan daya tahan tubuh, bahkan dapat berkontribusi dalam meningkatnya angka kesakitan dan kematian. Dampak lain dari terjadinya anemia pada remaja juga akan memberikan kontribusi negatif pada masa kehamilan yang akan datang, diantaranya adalah lahirnya bayi dengan berat badan yang rendah (BBLR), afiksia, bahkan kematian pada bayi. Selain itu ibu hamil juga dapat memiliki resiko mengalami pendarahan selama melahirkan. Pendarahan pada saat melahirkan merupakan penyebab utama terjadinya kematian pada ibu di Indonesia.⁸

Beberapa faktor yang diduga mempengaruhi kejadian anemia pada remaja diantaranya yaitu tingkat pengetahuan seseorang mengenai anemia.¹⁰ Tingkat pengetahuan pada remaja

putri dapat mempengaruhi tingkat kemungkinan terjadinya anemia, karena perilaku, pola hidup, dan pola asupan zat gizi yang dipengaruhi oleh pengetahuan.¹⁰

Kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda-tanda, dan pencegahannya dapat menyebabkan asupan penting seperti zat gizi yang mengandung zat besi, protein dan vitamin C dikonsumsi dalam jumlah yang terlalu sedikit dan mengakibatkan asupan zat gizi tidak terpenuhi.¹¹ Pola makan menjelaskan bagaimana suatu makanan diperoleh, jenis makanan yang dikonsumsi atau frekuensi makan suatu individu.² Pola makan sering kali tidak teratur pada remaja hal ini disebabkan oleh pola makan remaja yang salah yang dapat disebabkan oleh pengetahuan ibu sebagai penyedia makanan di rumah tangga, pengetahuan remaja putri, pengaruh lingkungan, serta status gizi remaja tersebut.²

Berdasarkan studi yang dilakukan di SMPN 237 Jakarta, dengan hasil analisis uji *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kebiasaan makan pada remaja putri di SMP N 237 Jakarta.¹²

Mengingat tingginya prevalensi anemia pada remaja yang akan memberikan efek negatif terhadap kesehatan, tumbuh kembang remaja, dan dapat berdampak kepada penurunan daya tahan tubuh maka perlu dilakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan anemia dan pola konsumsi protein hewani dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Al-Muhtadin Depok. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan anemia, pola konsumsi protein hewani, dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan studi potong lintang (*cross sectional*) pada remaja putri kelas X, pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner dan pemeriksaan kadar Hb. Subyek penelitian merupakan remaja putri kelas X yang bersekolah di SMK Al-Muhtadin Depok pada bulan Juni 2022 yang memenuhi kriteria inklusi; (1) berjenis kelamin perempuan, (2) berusia 15-19 tahun, (3) bersekolah di SMK Al-Muhtadin Depok, (4) remaja putri mengisi kuesioner dan diperiksa kadar Hbnya. Subyek dapat tereksklusi jika tidak berpartisipasi dalam kegiatan penelitian hingga akhir.

Pelaksanaan penelitian dimulai dengan mendapatkan persetujuan etik dengan nomor 4/F.7.2-UMJ/VII/2022 dilanjutkan dengan meminta persetujuan subyek dengan menandatangani *inform consent*. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner mengenai pengetahuan anemia yang terdiri dari soal yang berisikan pengertian anemia, tanda-tanda dari anemia, serta kegunaan dari zat penambah darah peserta dinyatakan memiliki pengetahuan yang baik atau hasil ukur 1 atau dinyatakan memiliki pengetahuan yang baik jika memiliki skor pengetahuan 76-100 dan hasil ukur 2 atau pengetahuan yang kurang baik jika memiliki skor < 76 . Pengambilan data mengenai lama menstruasi dilakukan dengan pengisian kuesioner yang berisikan tentang lama biasa responden mengalami menstruasi, juga banyaknya pergantian pembalut dalam sehari saat menstruasi dengan hasil ukur 1 jika mengalami menstruasi dengan lam 3-8 hari dan mendapatkan hasil ukur 2 jika mengalami menstruasi lebih dari 8 hari. Pemeriksaan kadar Hb dilakukan menggunakan *Easy Touch GCHb* dan ditutup dengan pengisian *FFQ* untuk mengetahui pola konsumsi protein hewani subyek penelitian. Untuk memastikan data yang didapat, dilakukan *crosscheck* pada kuesioner yang telah diisi. Pada penelitian ini, digunakan analisis deskriptif pengetahuan anemia, pola konsumsi protein hewani, dan lama menstruasi dengan menggunakan SPSS 24. uji bivariatnya menggunakan uji statistik *chi-square*.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Al-Muhtadin Depok pada bulan Juni 2022

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan Anemia Responden

Pengetahuan Anemia	Jumlah (n)	Presentase (%)
Pengetahuan Baik	5	5
Pengetahuan kurang	95	95
Total	100	100

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 100 responden remaja putri, terdapat 5 (5%) remaja putri yang memiliki pengetahuan anemia baik dan 95 (95%) remaja putri yang memiliki pengetahuan anemia kurang.

Tabel 2. Distribusi Pola Konsumsi Protein Hewani Responden

Pola Konsumsi Pangan hewani	Jumlah (n)	Presentase (%)
Sering	42	42
Jarang	58	58
Total	100	100

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 100 responden remaja putri, terdapat 42 (42%) remaja putri memiliki pola konsumsi protein hewani sering dan 58 (58%) remaja putri yang memiliki pola konsumsi protein hewani yang baik.

Tabel 3. Distribusi Lama Menstruasi Responden

Lama Menstruasi	Jumlah (n)	Presentase (%)
Normal	30	30
Tidak Normal	70	70
Total	100	100

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 100 orang responden remaja putri, terdapat 30 (30%) remaja putri memiliki lama menstruasi normal dan 70 (70%) remaja putri yang memiliki lama menstruasi yang tidak normal.

Tabel 4. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

Tingkat Pengetahuan	Anemia				OR (CI 95%)	P (Chi-Square) value
	Tidak Anemia		Anemia			
	n	%	n	%		
Baik	15	78.9	4	21.1	16.500 (4.788-56.860)	0.000
Kurang	15	18.5	66	81.5		
Total	30	30	70	70		

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan hasil analisis tentang hubungan antara tingkat pengetahuan anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri pada Tabel 4 menunjukkan bahwa proporsi remaja anemia dengan pengetahuan anemia kurang sebanyak 81.5% (66 orang), sedangkan proporsi remaja anemia dengan pengetahuan baik 18.5% (15 orang). Berdasarkan uji statistik *chi-square*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0.00 maka dapat disimpulkan H_0 gagal ditolak yang berarti terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Tabel 5. Hubungan Antara Pola Konsumsi Protein Hewani Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

Pola Konsumsi Protein Hewani	Anemia				OR (CI 95%)	P (Chi-Square) value
	Tidak Anemia		Anemia			
	n	%	n	%		
Sering	14	33.3	28	66.7	1.313 (0.554-3.108)	0.691
Jarang	16	27.6	42	70		
Total	30	30	70	70		

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan hasil analisis tentang hubungan antara pola konsumsi protein hewani dengan kejadian anemia pada remaja putri pada Tabel 5 menunjukkan bahwa proporsi remaja anemia dengan pola konsumsi protein hewani jarang 70%(42 orang), sedangkan proporsi remaja anemia dengan pola konsumsi ptotein hewani sering 66.7% (28 orang). Berdasarkan uji statistik menggunakan uji *chi-square*, diperoleh nilai *p-value* 0.691 maka H_0 ditolak yang berarti tidak terdapat hubungan antara pola konsumsi protein hewani dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Tabel 6. Hubungan Antara Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

Lama Menstruasi	Anemia				OR (CI 95%)	P (Chi-Square) value
	Tidak Anemia		Anemia			
	n	%	n	%		
Normal	30	100	0	30		0.000
Tidak Normal	0	0	70	70		
Total	30	30	70	100		

Sumber : Data Primer, 2022

Hasil analisis tentang hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri berdasarkan pada Tabel 6 menunjukkan bahwa proporsi remaja anemia dengan lama menstruasi tidak normal 100% (70 orang), sedangkan proporsi remaja anemia dengan lama menstruasi normal 0% (0 orang). Berdasarkan uji statistik menggunakan uji *chi-square*, diperoleh nilai *p-value* = 0.00 maka H_0 gagal ditolak yang berarti terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

PEMBAHASAN

Pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu.¹³ Pengetahuan sendiri memiliki enam tingkatan yaitu tahu (*know*), memahami (*comprehension*), aplikasi (*application*), analisis (*analysis*), sintesis (*syntesis*), dan evaluasi (*evaluation*). Salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang terkena anemia adalah tingkat pengetahuan seseorang mengenai anemia, meskipun terdapat pula faktor lain yang dapat mempengaruhi anemia.¹⁰ Tingkat pengetahuan pada remaja putri dapat mempengaruhi tingkat kemungkinan terjadinya anemia, karena perilaku, pola hidup, dan pola asupan zat gizi yang dipengaruhi oleh pengetahuan.¹⁰

Kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda-tanda, dan pencegahannya dapat menyebabkan asupan penting seperti zat gizi yang mengandung zat besi, protein dan vitamin C dikonsumsi dalam jumlah yang terlalu sedikit dan mengakibatkan asupan zat gizi tidak terpenuhi.¹¹ Berdasarkan hasil uji statistik pada penelitian yang dilakukan terhadap pengetahuan anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri didapatkan *p-value* sebesar 0.00 lebih kecil dari 0.05, sehingga dapat dinyatakan terdapat hubungan antara pengetahuan anemia dengan kejadian anemia pada remaja. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Laksmi and Yenie (2018) di Kabupaten Tanggamus bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan anemia terhadap kejadian anemia pada remaja putri dengan *p-value* < 0.05 (0.034) karena remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang mengenai anemia dan berhubungan dengan terjadinya anemia di Kabupaten Tanggamus.

Pengetahuan menurut Notoadmodjo (2010) merupakan suatu komponen yang sangat penting dalam membentuk Tindakan seseorang. Menurut hasil penelitian ini dan Laksmi dapat disimpulkan bahwa perilaku yang didasarkan oleh suatu pengetahuan akan bertahan lebih lama dibandingkan dengan perilaku yang dilakukan tanpa didasari oleh pengetahuan. Menurut Almatier (2010) Tingginya presentasi anemia pada remaja disebabkan oleh pengetahuan yang kurang mengenai anemia memiliki dampak tidak tahunya para remaja apa saja dampak buruk dari terjadinya anemia diantaranya adalah menurunkan kemampuan kerja, konsentrasi, kebugaran tubuh, serta dapat mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak mencapai nilai yang optimal, serta menurunkan kemampuan fisik (Laksmi and Yenie (2018). Upaya pencegahan dapat dilakukan dengan cara meningkatkan pengetahuan remaja putri, dimana terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan upaya pencegahan anemia yang dilakukan oleh Siti rofiatun rosida (2022).

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aman (2015) di SMA 3 Kota Yogyakarta dengan *p-value* < 0.05 (0.335) hal ini disebabkan oleh perbedaan umur responden dalam penelitian, dimana pada penelitian yang dilakukan oleh Aman memiliki kriteria responden usia 16 dan 17 tahun. Menurut penelitian tersebut tidak

terdapatnya hubungan antara pengetahuan mengenai anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri disebabkan oleh remaja putri berusia 17 tahun memiliki pengetahuan lebih baik dibandingkan dengan remaja putri berusia 16 tahun. Semakin bertambahnya usia maka akan bertambah pula pengalaman pada tiap individu, kemudian setiap pengalaman akan memberikan pelajaran sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi pengetahuan.¹⁷

Pola konsumsi adalah susunan yang berisikan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi baik oleh seseorang atau kelompok pada waktu tertentu.¹⁸ Pendapat lain menyatakan bahwa pola konsumsi merupakan berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah bahan yang dimakan tiap hari oleh seseorang dan juga merupakan ciri khas untuk suatu kelompok. Pola konsumsi juga dapat dijelaskan sebagai berbagai macam informasi yang memberikan gambaran tentang jenis, jumlah, dan frekuensi bahan makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh suatu kelompok masyarakat tertentu.¹⁸

Dalam Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) No.28 Tahun 2019 setiap usia memiliki anjuran porsi asupan setiap harinya dengan kelompok umur yang berbeda bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi harian. Penelitian ini berfokus kepada asupan protein remaja putri usia 15-18 tahun yaitu sebanyak 6 porsi sehari atau setara dengan 65gr.

Berdasarkan hasil uji statistik pada penelitian yang dilakukan terhadap pola konsumsi protein hewani dengan kejadian anemia pada remaja putri didapatkan *p-value* sebesar 0.691 lebih besar dari 0.05, sehingga dapat diartikan tidak terdapat hubungan antara pola konsumsi dengan kejadian anemia pada remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Risky Oktavien BR Ketaren (2018) dengan nilai *p-value* 0.137 karena remaja perempuan pada penelitian ini memiliki pola makan yang kurang baik namun berstatus tidak anemia, namun penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Manila (2021) di SMA Murni Padang dengan nilai *p-value* <0.05 (0.028) dimana terdapat hubungan antar pola konsumsi protein hewani dengan kejadian anemia yang berarti Ketika seorang remaja putri memiliki pola konsumsi yang tidak baik maka dia berstatus anemia, hal ini menjadi tidak sejalan dengan penelitian ini bisa disebabkan karena adanya bias *recall* dan estimasi pada saat pengisian kuesioner *FFQ*.

Menstruasi atau haid merupakan salah satu proses menuju kematangan seksual bagi seorang wanita. Menstruasi juga dapat diartikan sebagai proses keluarnya darah dari endometrium yang terjadi secara rutin melalui vagina yang bertujuan untuk membersihkan rahim terhadap pembuluh darah, kelenjar-kelenjar, dan sel-sel yang tidak terpakai karena tidak adanya pembuahan atau tidak terjadinya kehamilan²⁰Lama menstruasi normalnya berada diantara 3-5 hari, ada pula yang mengalami menstruasi 1-2 kemudian diikuti dengan darah sedikit-sedikit, ada pula yang hingga 7-8 hari.²⁰

Menorrhagia merupakan pengertian dari gangguan menstruasi yang terjadi salah satunya ditandai dengan frekuensi haid >7 hari dengan pendarahan > 80cc.²¹ Lama menstruasi tidak normal akan menyebabkan kehilangan banyak darah dibandingkan dengan seseorang dengan lama menstruasi yang normal.⁸ Proses menstruasi dapat mempengaruhi jumlah sel darah merah dalam tubuh, semakin lama proses menstruasi maka akan semakin banyak pula darah yang keluar. Hal inilah yang dapat menyebabkan masalah anemia pada perempuan.²²

Berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan pada penelitian yang dilakukan terhadap lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri didapatkan nilai *p-value* sebesar 0.00, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Admin *et al* (2020) di SMAN 1 Ulu Timur bahwa terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri diperoleh nilai signifikan *p-value* < 0.05 (0.034) penelitian ini memiliki hasil yang sejalan karena kadar hemoglobin dapat dipengaruhi oleh jumlah pengeluaran darah dari tubuh yang juga disebabkan oleh anemia, apabila terjadi gangguan pada siklus menstruasi maka hal tersebut dapat mempengaruhi jumlah darah yang keluar. Pada saat darah yang keluar dari dalam tubuh melebihi jumlah seharusnya maka zat besi dari dalam tubuh akan ikut keluar dalam jumlah yang banyak, berkurangnya jumlah zat besi dari dalam tubuh inilah yang kemudian menyebabkan keterlambatan atau pelambatan dalam pembentukan hemoglobin dimana bahan baku utama dalam pembentukan hemoglobin adalah zat besi. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Christabel (2022) dengan nilai *p-value* > 0.005(0.115) karena 72% dari 100 orang responden pada penelitian Christabel memiliki lama menstruasi yang normal sedangkan pada penelitian ini terdapat 70% dari 100 orang responden memiliki lama menstruasi yang tidak normal. Lama menstruasi yang tidak normal dapat menyebabkan masalah anemia pada perempuan, salah satunya yaitu masalah anemia.

KESIMPULAN

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa 70% remaja putri kelas X di SMK Al-Muhtadin mengalami anemia, terdapat 95% remaja putri kelas X di SMK Al-Muhtadin yang memiliki pengetahuan anemia kurang baik, terdapat 58% remaja putri kelas X di SMK Al-Muhtadin yang memiliki pola konsumsi protein hewani jarang, dan terdapat 70% remaja putri kelas X di SMK Al-Muhtadin yang memiliki lama menstruasi tidak normal. Berdasarkan analisis hubungan, terdapat hubungan antara pengetahuan anemia dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri namun tidak terdapat hubungan antara pola konsumsi protein hewani dengan kejadian anemia pada remaja putri. Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini di SMK Al Muhtadin Depok Siswi SMA mendapatkan pengetahuan yang cukup melalui lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah mengenai kejadian Anemia pada remaja sehingga dapat mengurangi kemungkinan terjadinya anemia pada siswi di SMK Al Muhtadin Depok.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dinda, R. R. Hubungan Tingkat Pengetahuan, Konsumsi Zat Besi, Dan Pola Makan Dengan Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 3 Kendari. (2021).
2. Putri, R. D., Simanjuntak, B. Y. & Kusdalinah, K. Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *J. Kesehat.* 8, 404 (2017).
3. K, Nadienna, K. H. (Politeknik K. K. J. I. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Mengenai Anemia Gizi Besi Sebelum dan Sesudah Diberikan Pengetahuan Gizi Melalui Media Video Animasi Di SMAN 12 Kota Depok. *Repos. Perpust. Terpadu Poltekkes Kemenkes Jakarta II* (2021).

4. Kurniawati, D. & SUTANTO, H. T. R. I. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Remaja Putri Dengan Menggunakan Bayesian Regresi Logistik Dan Algoritma Metropolis. *Mathunesa J.* 7, 1–6 (2019).
5. Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P. & Listiono, H. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *J. Ilm. Univ. Batanghari Jambi* 21, 331 (2021).
6. Hanifah, I. & Isnarti, R. Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. 7–8 (2018).
7. Amalia, P. & Amrullah, Y. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi. *J. Kebidanan Malahayati* 5, 287–291 (2019).
8. Anggoro, S. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Siswi SMA. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal* vol. 10 341–350 (2020).
9. Fadhyah, A. Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Di SMPN 1 Kokap Kabupaten Kulon Progo Tahun 2019. 1–67 (2019).
10. Kusnadi, F. N. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *J. Med. Utama* 03, 1293–1298 (2021).
11. Putra, K. A. D. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kabupaten Badung. *J. Kesehat. Med. Udayana* 5, 84–92 (2019).
12. Risky Oktavien BR Ketaren, Y. Hubungan Pola Makan dengan Angka Kejadian Anemia pada remaja Putri di SMA Pencawan Medan Tahun 2018. 1–66 (2018).
13. Meranti, D. I. K. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswi FK UISU Medan. vol. II (Universitas Sumatera Utara, 2015).
14. Laksmi, S. & Yenie, H. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten. *J. Ilm. Keperawatan Sai Betik* 14, 104 (2018).
15. Siti rofiatun rosida, suharti suharti, istiqomah fajarrini. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di SMPN 2 Karangmalang. *J. Keperawatan Care* 12 (1), (2022).
16. Amany, A. H. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Di 3 Sma Kota Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan* vol. 5 (2015).
17. Kharismawati, D. Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Tentang Penggunaan Shisha Dan Vape Pada Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan Dan Farmasi Stikes Sari Mulia. *Sekol. Tinggi Ilmu Kesehatan. Sari Mulia Banjarmasin* 18–20 (2018).
18. Ade Anggareni, L. Hubungan Pola Konsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Remaja Di SMA Negeri 5 Denpasar Provinsi Bali. *Repository poltekkes denpasar* vol. 11 (Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, 2018).
19. Manila, H. D. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas X Sma Murni Padang. *J. Kesehat. Saintika Meditory* 4, 77 (2021).
20. Putri, N. K. Y. Studi Literature Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. 5–18 (2020).
21. Salmon Charles Siahaan, F. A. T. Gangguan Menstruasi dan Penyebabnya. *Pros. FK UC* 1, (2021).

22. Basith, A., Agustina, R. & Diani, N. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Dunia Keperawatan* 5, 1 (2017).
23. Admin, Dewi Sumdika Sari, Herawati & Rizki Amalia. Hubungan Lama Menstruasi Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *J. Kesehat. dan Pembang.* 10, 18–23 (2020).
24. Christabel, G. Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas kristen indonesia angkatan 2021 skripsi. (2022).