

LAMPIRAN

Lampiran 1

Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing), Volume 10, No.2, Juli 2015

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN POLA MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA REMAJA PUTRI

Baiq Nurlaily Utami¹, Surjani², Eko Mardiyarningsih³

^{1,2)} Akademi Kebidanan Ngudi Waluyo Ungaran

³⁾ Akademi Keperawatan Ngudi Waluyo Ungaran

Email: eko_yans@yahoo.co.id

ABSTRACT

Several issues characterized anemia in female adolescent: lethargic, weakness, tired and inattentive, complaining of headaches and blurred vision. Factors contributed to anemia in female adolescent are diet and menstruation. This study was to determine the relationship of diet and menstruation patterns in relation to the incidence of anemia among female at Ma'Arif Islamic Junior High Schools in Kabupaten Semarang. The design of this study is cross sectional. The population is female adolescent at MTs Ma'Arif Nyatnyono Kabupaten Semarang. Exactly, 70 young female students selected as respondent by random samplings. Collecting data used questionnaires. Chi Square was implemented to test hypotheses. The results showed that there are relationship between eating pattern and anemia and menstruation patterns in the incidence of anemia OR 5.400 (p 0.002), menstruation pattern and anemia OR 5.769 (p 0.002). In conclusion, both eating pattern and menstruation pattern having relationship with anemia incidence among adolescent female in Ma'Arif Islamic Junior High Schools. It was expected Ma'Arif Islamic Junior High Schools Semarang pays more attention to its student in case of incidence of anemia in order not to disturb and block achievement of education goals.

Keywords: anemia, diet, eating, menstruation

ABSTRAK

Anemia pada remaja putri ditandai oleh beberapa hal antara lain lesu, lemah, letih, lelah dan lalai (5L), sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang. Faktor-faktor yang berkaitan dengan anemia pada remaja putri diantaranya diet dan pola menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan diet dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTs Ma'Arif Nyatnyono Kabupaten Semarang. Desain penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di MTs Ma'Arif Nyatnyono Kabupaten Semarang. Sejumlah 70 siswa perempuan dipilih sebagai responden secara acak. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hubungan diuji dengan menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dan kejadian anemia diperoleh OR 5,400 (p 0,002), pola menstruasi dengan kejadian anemia OR 5,769 (p 0,002). Disimpulkan bahwa baik pola makan maupun pola menstruasi berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTs Ma'Arif Nyatnyono Kabupaten Semarang. Diharapkan MTs Ma'Arif Nyatnyono Kabupaten Semarang lebih memperhatikan kejadian anemia pada siswinya agar tidak mengganggu prestasi dan menghambat tujuan pendidikan.

Kata kunci: kejadian anemia, pola makan, pola menstruasi

LATAR BELAKANG

Suatu bangsa akan maju dan mandiri jika sumber daya manusianya berkualitas.

Berbagai faktor harus diperhatikan untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas, diantaranya faktor gizi.

Lampiran 2

Sholicha dan Muniroh. Media Gizi Indonesia. 2019.14(2): 147–153
<https://doi.org/10.204736/mgi.v14i2.147-153>

147

HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI, PROTEIN, VITAMIN C DAN POLA MENSTRUASI DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 MANYAR GRESIK

Correlation Between Intake of Iron, Protein, Vitamin C and Menstruation Pattern with Haemoglobin Concentration among Adolescent Girl in Senior High School 1 Manyar Gresik

Cynthia Almaratus Sholicha^{1*}, Lailatul Muniroh²

^{1,2}Departemen Gizi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

*E-mail: cynthia.almaratus.olicha-2014@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Salah satu masalah gizi yang perlu mendapat perhatian khusus adalah anemia. Anemia adalah kondisi jumlah sel darah merah yang sehat dalam darah dibawah batas normal. Asupan zat gizi yang kurang, menstruasi, penyakit infeksi, dan kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan anemia. Menstruasi bulanan dan masa pertumbuhan menyebabkan remaja putri rawan mengalami anemia. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara asupan zat besi, protein, vitamin C dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Populasi penelitian adalah siswi kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Manyar Gresik. Sebanyak 62 sampel dipilih menggunakan metode *proportional random sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner *semi quantitative food frequency*; kuesioner terstruktur, dan *hemoglobinmeter digital*. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman* dan *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan asupan Fe ($r=0,635$; $p=0,000$), protein ($r=0,663$; $p=0,000$), dan vitamin C ($r=0,780$; $p=0,000$) berhubungan dengan kadar hemoglobin, seperti halnya pola menstruasi berhubungan dengan kejadian anemia ($p=0,002$). Asupan Fe, protein, dan vitamin C yang rendah maka kadar hemoglobin juga rendah, sehingga kejadian anemia semakin tinggi. Remaja putri diharapkan dapat meningkatkan asupan makanan sumber zat besi dan mengonsumsi suplemen zat besi atau tablet tambah darah secara rutin untuk menggantikan zat besi dalam tubuh yang hilang saat menstruasi.

Kata kunci : anemia, asupan, pola menstruasi, remaja putri

ABSTRACT

One of nutrition problem that needs to get high attention is anemia. Anemia is a condition that develops when healthy red blood cells below normal. Inadequate intake of nutrient, menstruation, infectious diseases, and lack of knowledge can caused anemia. Monthly menstruation and growth period drive adolescent girls prone to anemia. The purpose of this study was to analyze correlation between intake of iron, protein, vitamin C and menstruation patterns with anemia among adolescent girls. This study used cross sectional design. Population of this study was adolescent student grade X and XI at SMAN 1 Manyar Gresik. Sixty two students were selected using proportional random sampling. Data were collected with semi quantitative food frequency questionnaire, structured questionnaire, and digital haemoglobinmeter. Data were analyzed using Spearman correlation test and Chi-square test. Results showed intake of iron ($r=0,635$; $p=0,000$), protein ($r=0,663$; $p=0,000$), and vitamin C ($r=0,780$; $p=0,000$) was correlated with haemoglobin concentration similar with menstruation pattern which also had significant correlation with anemia ($p=0,002$). Lower intake of iron, protein and vitamin C, caused lower haemoglobin concentration. Thus, anemia incidence will be higher. Adolescent girl are expected to increase food consumption of food source of iron and consume iron supplement routinely to replace iron that lost during menstruation.

Keywords: anemia, intake, menstruation pattern, adolescent girls

©2019. The formal legal provisions for access to digital articles of this electronic journal are subject to the terms of the Creative Commons-Attribution-NonCommercial-ShareAlike license (CC BY-NC-SA 4.0). Received 18-09-2018, Accepted 30-10-2018, Published online 01-07-2019

PENELITIAN

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI WILAYAH LAMPUNG TIMUR

Sinta Dewi Astuti*, Efa trisna**

*Alumni Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang

**Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang

email : evatrisna36@gmail.com

Waktu remaja merupakan era atau masa yang menghubungkan masa kanak-kanak sampai dewasa, mulai dari usia 9-18. Ini adalah waktu yang penting karena merupakan saat perubahan psikologis dan fisik langsung. Masalah penelitian ini adalah tingginya angka anemia yang dialami oleh siswa perempuan, sekitar 70%. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan penyebab anemia terjadi pada siswi SMA Negeri 1 Purbolinggo, Lampung Timur. Desain penelitian ini menggunakan metode Survey Analytical; subyek penelitian adalah 47 responden yang diambil secara acak sebagai wakil. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan Cross Sectional. Dalam pengumpulan data, penulis menggunakan systematic random sampling dari 47 responden. Dan, dalam menganalisis data univariat, penulis menggunakan bivariat dan distribusi frekuensi dengan Chi kuadrat. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa kondisi sosial ekonomi bersama dengan latar belakang orang tua pendidikan dan pendapatan, uang saku mahasiswa ini, kehilangan darah, kebiasaan makan dan memakan darah tambahan meja (TTB) dapat dianggap sebagai faktor yang berhubungan dengan penyebab anemia terjadi pada siswa. Dengan kata lain, ada korelasi yang signifikan antara pendapatan orang tua, kehilangan darah, kebiasaan makan dan mengkonsumsi TTB, dan anemia yang dialami oleh siswa perempuan. Disarankan bahwa kita memberikan upaya peningkatan promosi kesehatan melalui konseling dan penyuluhan kesehatan kepada siswa perempuan, melakukan beberapa survei dan melakukan berkala kesehatan rutin memeriksa untuk siswa perempuan di bidang Puskesmas, pusat kesehatan masyarakat setempat. Oleh karena itu, diharapkan ada peningkatan pengetahuan siswa perempuan tentang terutama anemia, gizi remaja dan kesehatan reproduksi

Kata Kunci: Hb, Anemia

LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa atau periode untuk menghubungkan masa kehidupan anak dan dewasa, yaitu berawal dari usia 9 – 18 tahun. Masa remaja merupakan masa yang penting karena berakibat langsung pada perubahan psikologis dan fisik remaja (Soeparwoto dkk, 2007). Usia remaja akan muncul banyak masalah yang dapat memberikan dampak negatif bagi kesehatan dan salah satu yang berhubungan dengan gizi. Masalah kesehatan yang sering muncul di usia remaja adalah anemia defisiensi zat besi, kekurangan dan kelebihan berat badan (Arisman, 2004). Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin lebih rendah dari normal.

Angka anemia pada remaja putri di Kabupaten Lampung Timur mencapai 29,6% dalam hal ini persentasenya meningkat dibandingkan pada tahun 2013 yang berkisar 22,3%. Sementara cakupan pemberian tablet tambah darah pada remaja baru mencapai 7,24%. Angka kejadian anemia pada remaja putri di Kecamatan Purbolinggo pada Profil Puskesmas Purbolinggo Tahun 2015 mencapai 32,16%, sedangkan cakupan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri mencapai 19,15%.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, didapatkan beberapa faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri, yaitu asupan energi, asupan protein, asupan zat besi, asupan vitamin C, kebiasaan minum teh atau kopi, investasi cacing, pengetahuan, pendidikan dan jenis

Lampiran 4

HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMU 98 di JAKARTA TIMUR

Junengsih, Yuliasari
Poltekkes Kemenkes Jakarta III
E-mail : junengsihpoltekjkt3gmail.com

ABSTRACT

In Indonesia iron deficiency anemia in adolescent girls is still a major problem, due to the rapid growth of adolescents and an imbalance between nutritional intake and the activities of adolescents. Efforts to prevent and improve nutrition should be done immediately because it can cause impacts, among others, lower adolescent endurance so easily affected by disease, decreased ability and concentration of learning, decreased fitness and learning achievement. This study aims to determine the relationship between nutritional status and nutritional intake with the incidence of anemia in young women in SMU 98 Jakarta Year 2016. This research type is analytical with cross sectional approach. The sample of this research are students X, XII and XII. 200 students at SMU 98 Jakarta Timur in August 2017. Sampling is done by stratified random sampling and taken proportionally. Data collection with IMT examination, consumption with recall form and Hb level measurement with Hemocue tool. Data analysis using chi square test. The results obtained iron intake can reduce the chances of anemia in young women. Teenagers who get less iron intake, 7.1 times more risky to experience anemia than teenagers who get iron intake well after controlled by variable menstrual patterns, physical activity and breakfast habits. Recommendations for young women to increase iron intake and balanced diet..

Keywords : Adolescent anemia, iron intake, nutrient intake.

ABSTRAK

Di Indonesia anemia defisiensi besi pada remaja putri masih merupakan masalah utama, karena pertumbuhan remaja yang sangat pesat dan adanya ketidakseimbangan antara asupan gizi dengan aktifitas yang dilakukan remaja. Upaya pencegahan dan perbaikan gizi harus segera dilakukan karena dapat menimbulkan dampak antara lain menurunkan daya tahan tubuh remaja sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, menurunkan kebugaran dan prestasi belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dan asupan gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMU 98 Jakarta Tahun 2016. Jenis penelitian ini adalah analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian ini adalah siswi X, XII dan XII 200 siswi di SMU 98 Jakarta Timur bulan agustus 2017. Pengambilan sampel dilakukan secara stratified random sampling dan diambil secara proporsional. Pengumpulan data dengan pemeriksaan IMT, konsumsi dengan formulir recall dan pengukuran kadar Hb dengan alat Hemocue. Analisis data menggunakan uji chi square. Hasil penelitian diperoleh asupan zat besi dapat menurunkan peluang terjadinya anemia pada remaja putri. Remaja yang mendapatkan asupan zat besi kurang, lebih berisiko 7,1 kali untuk mengalami anemi dibanding remaja yang mendapatkan asupan zat besi dengan baik setelah dikontrol oleh variabel pola menstruasi, aktifitas fisik dan kebiasaan sarapan . Rekomendasi agar remaja putri dapat meningkatkan asupan zat besi dan pola makan seimbang.

Kata kunci : Anemia remaja, asupan zat besi, asupan zat gizi.

Lampiran 5

ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA GIZI BESI PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 TERBANGGI BESAR LAMPUNG TENGAH

Akma Listiana

Akademi Kebidanan Panca Bhakti Bandar Lampung

Email: akmalistiana@gmail.com

Abstract: Analysis Factors that Related to the Incidence of Iron Deficiency Anemia of Teenage Girls in SMKN 1 Terbanggi Besar, Central Lampung. The prevalence of anemia at teenage girls according to the Ministry of Health, Republic of Indonesia (2007) is still quite high, which is still at 28% from total and this number is classified as a public health problem because the prevalence is 40%. The data of the presurvey from 100 teenage girls in SMKN 1 Terbanggi Besar in September 2011 showed that 30 (30%) of them was experiencing the symptoms of anemia. This study was to determine the factors related to the anemia in teenage girls in SMKN 1 Terbanggi Besar, Central Lampung, in 2012 which includes family income, maternal education, tea-drinking habits, body mass index, knowledge, attitudes, incidence of infection, the state of menstruation, and intake of iron supplements. This study was quantitative research with a cross sectional approach, conducted in February 2012, the whole population were 600 young women while as many as 255 samples were taken, the sampling technique was a random sampling method and the data collection tool was using a questionnaire technique. Datas analyzed by univariate, bivariate using the chi-square, and multivariate using logistic regression prediction model. The results showed that a total of 155 teenage girls was experiencing the symptoms of anemia (60,8%) and from the nine variables examined, the results obtained were: family income (p-value 0,004 and OR=2,442), maternal education (p-value 0,002 and OR=2,349), tea-drinking habits (p-value 0,002 and OR=2,554), body mass index (p-value 0,011 and OR=2,047), the state of menstruation (p-value 0,004 and OR=2,349), and intake of iron supplements (p-value 0,005 and OR=2,344).

Keywords: Iron deficiency anemia, Influencing factors, Teenage girls

Abstrak: Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri di SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah. Prevalensi anemia pada remaja putri menurut Depkes RI (2007) masih cukup tinggi yaitu sebesar 28%, angka ini tergolong masalah kesehatan masyarakat karena prevalensinya 40%. Data pra survei terhadap 100 remaja putri di SMKN 1 Terbanggi Besar pada bulan September 2011 diketahui sebanyak 30 (30%) remaja putri mengalami gejala anemia. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMKN 1 Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2012 yang meliputi pendapatan keluarga, pendidikan ibu, kebiasaan minum teh, indeks massa tubuh, pengetahuan, sikap, kejadian infeksi, keadaan menstruasi, asupan suplemen zat besi. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, dilakukan pada bulan februari 2012, jumlah populasi seluruhnya adalah 600 remaja putri sedangkan sampel yang diambil sebanyak 255, teknik sampling yaitu *randome sampling* dan alat pengumpulan data adalah dengan teknik angket. Analisis data yang digunakan adalah univariat, bivariat dengan uji statistik menggunakan *chi square*, dan multivariat dengan *regresi logisatic* model prediksi. Hasil penelitian menyimpulkan dari 255 responden, yang anemia sebanyak 155 remaja putri (60,8%), dan dari 9 variabel yang diteliti didapatkan hasil: pendapatan keluarga (p-value 0,004 dan OR=2,442, pendidikan ibu (p-value 0,002 dan OR=2,349), kebiasaan minum teh (p-value 0,002 dan OR=2,554), indeks massa tubuh (p-value 0,002 dan OR=2,329), pengetahuan (p-value 0,002 dan OR=2,298), sikap (p-value 0,011 dan OR=2,047), keadaan menstruasi (p-value 0,004 dan OR=2,349) dan asupan suplemen zat besi (p-value 0,005 dan OR=2,344). Peneliti menyarankan bagi petugas kesehatan agar terus meningkatkan penyuluhan dan konseling serta bimbingan bagi remaja putri untuk dapat mencegah anemia.

Kata kunci: Anemia gizi besi, Faktor yang mempengaruhi, Remaja putri

Salah satu indikator status gizi masyarakat dunia terutama bagi kelompok wanita usia subur adalah prevalensi anemia gizi besi. Anemia gizi besi merupakan masalah gizi mikro terbesar di negara berkembang dan 13% di negara maju.



**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI
DI SMK ANALISIS KIMIA NUSA BANGSA
KOTA BOGOR TAHUN 2018**

Prawira Dieniyah¹⁾, Merry Maeta Sari²⁾, Ichayuen Avianti³⁾

¹⁾ Konsentrasi Kesehatan Reproduksi dan Kesehatan Ibu Anak (KIA), Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibn Khaldun Bogor.

Email : dienprawira@gmail.com

²⁾ Konsentrasi Kesehatan Reproduksi dan Kesehatan Ibu Anak (KIA), Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibn Khaldun Bogor.

Email : meta.ssi@yahoo.co.id

³⁾ Konsentrasi Kesehatan Reproduksi dan Kesehatan Ibu Anak (KIA), Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibn Khaldun Bogor.

Email : ichayuen@gmail.com

Abstrak

Anemia gizi besi adalah kekurangan kadar haemoglobin (Hb) dalam darah yang disebabkan karena kekurangan zat gizi yang diperlukan untuk pembentukan Hb. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Analisis Kimia Nusa Bangsa Kota Bogor tahun 2018. Penelitian ini menggunakan desain *Cross Sectional* dengan populasi sebanyak 301 siswi. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 78 responden dengan teknik sampling yaitu *Simple Random Sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner dengan analisa data menggunakan perangkat lunak aplikasi statistik. Hasil penelitian menunjukan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan anemia dengan kejadian anemia ($p = 1.000$). Perlu adanya program pendidikan kesehatan khususnya untuk pencegahan anemia pada remaja putri di SMK Analisis Kimia Nusa Bangsa.

Kata kunci : *Anemia, Remaja, Tingkat Pengetahuan*

LATAR BELAKANG

Masalah gizi yang banyak terjadi remaja putri adalah kurang zat gizi besi atau anemia. Anemia adalah gejala kekurangan (defisiensi) sel darah merah karena kadar haemoglobin yang rendah. Kekurangan sel darah merah akan membahayakan tubuh, sebab sel darah merah berfungsi sebagai sarana transportasi zat gizi dan oksigen yang diperlukan pada proses fisiologis dan biokimia dalam setiap jaringan tubuh. Anemia masih merupakan salah satu masalah gizi

yang prevalensinya paling tinggi dibandingkan dengan masalah masalah kurang gizi lainnya. Kurang darah yang terjadi pada anak-anak dapat mengganggu proses tumbuh kembangnya, bahkan perkembangan berfikir juga bisa terganggu dan mudah terserang penyakit (Soetjiningsih, 2007).

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini di

Lampiran 7

HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI, PROTEIN DAN VITAMIN C DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK YAMAS JAKARTA TIMUR TAHUN 2018

Lindah Elma Tania¹ Gunarti Yahya²

Program Studi Gizi Ilmu Kesehatan Binawan
Jl. Kalibata Raya, No. 25-30, Jakarta Timur 13630

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia, terutama pada negara berkembang. Menurut WHO 2013, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Anemia akan berdampak pada perkembangan motorik, dan perilaku yang lebih buruk pada anak, mudah keletihan serta fungsi kognitif yang lebih buruk pada remaja. Remaja perempuan mengonsumsi zat besi sekitar 11mg/hari, sehingga beresiko mengalami defisiensi zat besi. Kebutuhan zat besi meningkat selama masa remaja untuk memenuhi pertumbuhan dan kehilangan zat besi yang tidak dapat dihindari seperti menstruasi.

Tujuan : Mengidentifikasi hubungan asupan zat besi, protein dan vitamin c dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Yamas Jakarta Timur Tahun 2018.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Sampel penelitian adalah total populasi yang berkesempatan mengikuti penelitian, dan berusia 16-18 tahun. Dari 107 siswi, didapat sebanyak 74 responden. Pengumpulan data meliputi pemeriksaan hemoglobin, dan pengisian kuesioner *food recall* 2 x 24 jam. Pemeriksaan hemoglobin menggunakan metode *flow cytometry hematology analyzer*, dan menghitung asupan dari hasil *food recall* 2 x 24 jam menggunakan program *nutri survey*, kemudian hasil dirata-rata dan dibandingkan dengan angka Kecukupan Gizi (AKG). Penelitian ini menggunakan uji *chi-square*.

Hasil : Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan asupan zat besi ($P=0,001$), Protein ($P=0,002$), dan vitamin c ($P=0,002$), dengan kejadian anemia remaja putri di SMK Yamas Jakarta Timur tahun 2018.

Kesimpulan : Remaja putri kelas X dan XI di SMK Yamas yang menderita anemia sebanyak 48,6% dengan asupan zat besi kurang sebanyak 48,6%, asupan protein kurang 50,0% dan asupan vitamin c kurang sebanyak 50,0%.

Kata kunci: Anemia remaja, Zat besi, Protein, Vitamin c

-
1. Linda.elma1330@gmail.com
 2. gyahya66@gmail.com



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig07406>

HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI Fe, VITAMIN C DAN STATUS ANEMIA DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 SUKAWATI

Ni Wayan Anisa Castelf¹, I G. A. Ari Widarti², Ir. Desak Putu Sukraniti²

¹ Alumni Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar

² Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email Penulis Korespondensi (*): anisachaztely@gmail.com

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a physical disorder of abdominal pain before and during the menstrual period, that occurs without the infection signs or pelvic disease. One of the causes of dysmenorrhea is anemia. Anemia occurs because someone has deficiency of iron and intake of vitamin C. The purpose of this research is to knowing the relation between consumption level of Fe, vitamin C and status of anemia with dysmenorrhea incidence of teenage girls in SMA Negeri 1 Sukawati. The type of this research is observational research with the cross sectional design. This research was conducted on 79 teenage girls in SMA Negeri 1 Sukawati. The variables of this study were collected by 24 hour recall method, measurement of Hb level and by using questionnaires. The result of this research showed there were 78 samples (99%) that had less consumption level of Fe and 65 samples (82%) had less consumption level of vitamin C. 32% samples of this research were anemia and 76% samples were dysmenorrhea. According to the chi square analysis result there wasn't relation between consumption level of Fe ($p = 0,356$) and vitamin C with status of anemia ($p = 0,479$). And there wasn't relation between status of anemia with the incidence of dysmenorrhea ($p = 0,567$).

Keywords : Dysmenorrhea, anemia, Fe consumption, vitamin C consumption

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa yang panjang dalam periode kehidupan anak dan dewasa, yang berawal pada usia 9-10 tahun dan berakhir pada usia 18 tahun. Pada masa remaja banyak terjadi perubahan baik biologis, psikologis, maupun sosial. Masalah kesehatan dan gizi remaja masih cukup banyak seperti anoreksia, kehamilan, konsumsi alkohol, obesitas, gangguan reproduksi, dan anemia.¹

Remaja putri adalah salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Anemia adalah keadaan menurunnya kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah di bawah nilai normal yang dipatok untuk perorangan.¹ Di Indonesia, prevalensi anemia masih cukup tinggi. Prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja putri 10-18 tahun 57,1%.²

Beberapa faktor yang menyebabkan remaja putri mengalami anemia adalah karena pemahaman gizi yang keliru sehingga rendahnya konsumsi makanan yang mengandung zat gizi khususnya zat besi dan vitamin C. Asupan makanan yang tidak adekuat menyebabkan zat besi (Fe) yang tersedia tidak mencukupi untuk sintesis hemoglobin karena defisiensi zat besi dalam makanan. Untuk membantu penyerapan zat besi, remaja dianjurkan untuk mengonsumsi vitamin C. Vitamin C dapat membantu penyerapan besi non heme dengan mereduksi besi ferri menjadi ferro dalam usus halus sehingga mudah diabsorpsi.³

HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH 1 KARANGANYAR

Uji Utami¹, Mutik Mahmudah²

^{1,2}Dosen Prodi D3 Kebidanan STIKes Mitra Husada Karanganyar
Jalan Ahmadyani No 167 Papahan Tasikmadu Karanganyar
Email: utami2985@gmail.com

ABSTRACT

Anemia is a nutritional problem in the world, especially in developing countries including Indonesia. The criterion of anemia is the hemoglobin (Hb) in the blood less than 13 gram% for men and for women. The iron deficiency anemia rate in Indonesia is 72.3% (Burner, 2012). According to the Indonesia Demographic Health Survey (SDKI) (2012), the prevalence of anemia is as much as 75.9% in female adolescents. Iron deficiency anemia may cause some health problem among adolescents such as lowering immune system which make them susceptible to infection and disease, decreased physical activity and learning achievement. Female adolescents who suffer from anemia will also decrease their vitality which limit their sports performance and productivity. As adolescence is a period of very rapid growth, the iron deficiency anemia during this period will result in not achieving optimal height (Sulistyoningsih, 2011). The incidents of anemia can be caused by the wrong diet, irregular, and inadequate nutritional intake needed by the body including energy, protein, carbohydrate, fat, vitamin C and especially the lack of food sources that contain iron, and folic acid. One of the efforts to overcome the problem of anemia among adolescents is associated with intake of food containing iron (Fitriani, 2014). This study aims to determine the relationship between eating patterns and the incidence of anemia among female adolescents in Muhammadiyah 1 Karanganyar High School. This type of research is a quantitative experiment with a cross sectional approach. The study was conducted at Muhammadiyah 1 Karanganyar High School. The population in this study were female adolescents in Muhammadiyah 1 Karanganyar High School with sampling technique using purposive sampling with inclusion criteria such as were present at the time of data collection and willing to be the respondents as many as 38 respondents. The results of data analysis with the Chi-Square test showed a significance value of 0.023 ($p < 0.05$). This indicates H_a was accepted and H_o was rejected. It is concluded that there is a significant relationship between eating pattern and the incidence of anemia among female adolescents.

Keywords: Nutrition, Diet, Anemia, Adolescents

ABSTRAK

Anemia merupakan masalah gizi di dunia, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Angka anemia gizi besi di Indonesia sebanyak 72,3% (Burner, 2012). Anemia kekurangan zat besi dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja putri antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar. Disamping itu remaja putri yang menderita anemia kebugarannya juga akan menurun, sehingga menghambat prestasi olahraga dan produktivitasnya. Selain itu masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang sangat cepat, kekurangan zat besi pada masa ini akan mengakibatkan tidak tercapainya tinggi badan optimal (Sulistyoningsih, 2011). Timbulnya anemia dapat disebabkan oleh asupan pola makan yang salah, tidak teratur dan tidak seimbang dengan kecukupan sumber gizi yang dibutuhkan tubuh diantaranya adalah asupan energi, asupan protein, asupan karbohidrat, asupan lemak, vitamin C dan yang terutama kurangnya sumber makanan yang mengandung zat besi, dan asam folat. Upaya penanggulangan masalah anemia pada remaja berkaitan dengan asupan makanan yang mengandung zat besi (Fitriani, 2014). Menurut Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) (2012), prevalensi penyakit anemia sebanyak 75,9% pada remaja putri. Kriteria lain orang terkena anemia apabila hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari 13 g% untuk pria dan untuk wanita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilakukan di SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar. Populasi dalam penelitian ini adalah Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar, dan pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan

ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DIPENGARUHI OLEH TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA

ANEMIA IN YOUNG WOMEN AFFECTED BY LEVEL OF KNOWLEDGE OF ANEMIA

Apri Budianto* Nur Fadhilah*
Email : nurfadhilah2017@yahoo.co.id

* Dosen Program Studi D III Keperawatan STIKes Muhammadiyah Pringsewu

Abstrak

Berbagai permasalahan kesehatan sering terjadi pada remaja terkait dengan masa menstruasi adalah risiko Ca Payudara, Ca Rahim dan risiko Anemia. Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam darah kurang dari normal, yaitu 11,5 – 16,5 gr/dl untuk perempuan dan 12,5 0-18,5 gr/dl untuk laki – laki. Tujuan Penelitian adalah ingin mengetahui hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri di Madrasah Aliyah Mathla'ul Anwar Gisting Kabupaten Tanggamus Tahun 2015. Metode Penelitian ini merupakan penelitian survei dengan jenis penelitian analitik, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putrid (siswi kelas 10 dan 11) sejumlah 181 Orang. Sampel dalam penelitian ditentukan dengan menggunakan Rumus Hary King, diperoleh 87 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Stratification Random Sampling*. Analisis data *Univariat* dan Analisis *Bivariat* dengan uji statistic *Chi Square* (X^2). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang Anemia dengan kejadian Anemia pada remaja putri di MA Mathla'ul Anwar Gisting dengan pvalue = $0,002 < \alpha$ (0,05). Diharapkan remaja memahami bahaya Anemia dengan mencari informasi melalui media berbagai sehingga dapat meningkatkan upaya pencegahan Anemia.

Kata Kunci : Pengetahuan, Anemia,

Abstract

Introduction Various health problems common in adolescents associated with menstruation is a risk of Breast Ca, Ca Rahim and the risk of anemia. Anemia is a condition in which the hemoglobin level in the blood is less than normal, namely from 11.5 to 16.5 g / dl for women and 12.5 0-18.5 g / dl for men - men. Objective was to determine the relationship of knowledge about anemia and anemia in adolescent girls in Madrasah Aliyah Mathla'ul Anwar Gisting Tanggamus Year 2015. Methods This study is a survey of the types of analytical research, with cross sectional approach. The population in this study are all teenage daughter (grade 10 and 11) number 181 Person. The sample was determined by using a formula Hary King, obtained 87 votes. The sampling technique using Random Sampling Stratification. Data analysis Univariate and Bivariate analysis with statistical test Chi Square (X^2). The results showed that there was a relationship between the knowledge of the incident Anemia Anemia in young girls in MA Mathla'ul Anwar Gisting with pvalue = $0.002 < \alpha$ (0.05). Teens need to better understand the dangers of anemia to seek information through various media so as to enhance efforts to prevent anemia.

Keywords: Knowledge, Anemia,

HUBUNGAN KEBIASAAN MINUM TEH DAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA SISWI DI SMK NEGERI 1 SUKOHARJO KABUPATEN SUKOHARJO

ABSTRAK

Pendahuluan : Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan pada remaja di Indonesia. Remaja putri berisiko terkena anemia sepuluh kali lipat dibandingkan dengan remaja putra. Anemia pada remaja dapat mempengaruhi konsentrasi belajar yang mengakibatkan prestasi di sekolah menurun. Anemia disebabkan oleh beberapa hal, seperti kurangnya pengetahuan gizi akan pemilihan bahan makanan yang mengandung zat besi serta konsumsi teh yang mengandung tanin dapat menghambat penyerapan zat besi. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan kebiasaan minum teh dan pengetahuan gizi dengan kadar Hb pada siswi SMK N 1 Sukoharjo.

Metode Penelitian : Rancangan penelitian *cross-sectional*. Jumlah sampel 62 siswi dipilih secara *proportional random sampling* dari seluruh siswi kelas XI yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Data pengetahuan gizi dan kebiasaan minum teh diperoleh dengan metode angket menggunakan kuesioner sedangkan data kadar hemoglobin diperoleh menggunakan *HemoCue*. Data dianalisis dengan korelasi *Rank Spearman*.

Hasil : Sebanyak 37,1% subyek menderita anemia. Sebagian besar subyek memiliki kebiasaan minum teh jarang (<200 ml/hari) 53,2%. Sebanyak 54,8% subyek memiliki tingkat pengetahuan gizi kurang. Hasil bivariat menunjukkan bahwa nilai p value kebiasaan minum teh dengan kadar hemoglobin adalah $p=0,001$; $r=-0,463$, nilai p value pengetahuan gizi dengan kadar hemoglobin adalah $p=0,012$; $r=0,316$.

Kesimpulan : Ada hubungan antara kebiasaan minum teh dengan kadar Hemoglobin. Ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan kadar Hemoglobin.

Kata kunci : kadar hemoglobin, kebiasaan minum teh, pengetahuan gizi, tanin, zat besi

ABSTRACT

Introduction : Anemia is still one health problem in adolescents in Indonesia. Adolescent girls are at risk of developing anemia than young men. Anaemia in adolescents can affect learning concentration resulting in decreased performance at school. Anemia is caused by several things, such as the lack of knowledge of nutrition will be the selection of foods that contain iron and consumption of tea contains tannin which can inhibit iron absorption. The aim of research to determine the relationship of tea drinking habits and nutrition knowledge with hemoglobin levels at State Vocational High School 1 of Sukoharjo. The purpose of the research was to determine the correlation between tea drinking habits and nutrition knowledge of anemia among female students at State Vocational High School 1 of Sukoharjo.

Research Methodes : The research used cross-sectional design. The total subjects were 62 female students, who were selected through systematic proportional random sampling of all female students in class XI who had qualification of inclusion and exlution criterias. Nutritional knowledge and tea drinking habits was obtained by questionnaire. Hemoglobin were obtained using the *HemoCue*. Data were analyzed with Rank Spearman Correlation test.

Result : A total of 37.1% of the subjects suffered from anemia. Most subjects (53,2%) had a rarely habit of drinking tea (<200 ml/day) 53.2%. A total of 54.8% of subjects had a less knowledge of nutrition. Bivariate a test results showed that the p -value a tea drinking habits and hemoglobin levels is 0.001; $r=-0.463$, the p -value nutrition knowledge and hemoglobin levels is 0.012; $r=0,316$

Conclusion : There was correlation between tea drinking habits and hemoglobin levels. There was correlation between nutritional knowledge and hemoglobin levels.

Keywords : anemia, a tea drinking habits, hemoglobin, iron, nutritional knowledge, tannin

Lampiran 12



JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT (e-Journal)
Volume 7, Nomor 4, Oktober 2019 (ISSN: 2356-3346)
<http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI (PROTEIN, ZAT BESI, VITAMIN C) DAN POLA (SIKLUS, LAMA) MENSTRUASI DENGAN KADAR HEMOGLOBIN (Studi pada Remaja Putri di SMK Negeri 10 Semarang)

Ayu Silvia*), Apoina Kartini**), Sri Achadi Nugraheni**)

*)Mahasiswa Peminatan Gizi FKM UNDIP

**)Dosen Bagian Gizi FKM UNDIP

e-mail: ayusslv@gmail.com

ABSTRACT

At present the problem of anemia is still high. In Central Java the prevalence of anemia reaches 57.7% of the population. This is allegedly due to unhealthy food intake. In addition, abnormal menstrual patterns in adolescent girls are also thought to affect. This study aims to determine whether there is a relationship between nutrient intake and menstrual patterns with hemoglobin levels in adolescent girls at Vocational High School 10 Semarang. The study used a cross sectional design, conducted in March to July 2019, on 70 young women at Vocational High School 10 Semarang, which included inclusion criteria by purposive sampling. Data analysis using Rank Spearman and Pearson Product Moment. The analysis showed that respondents had a moderate anemia prevalence of 47.1%, a sufficient level of protein deficiency of 82.9%, iron deficiency of 98.6%, vitamin C deficiency of 98.6%, short menstrual cycles of 54.3 %, and normal menstrual periods are 52.9%. The results showed that there was a significant relationship between protein intake, iron, menstrual cycle and menstrual length with hemoglobin levels ($p < 0.05$). But there is no relationship between vitamin C intake and hemoglobin levels ($p \geq 0.05$). Young women are expected to be able to maintain their intake of nutrients, especially protein and iron, and pay attention to menstrual patterns.

Keywords : food intake, protein, iron, vitamin C, menstrual cycle, menstrual period, hemoglobin level, adolescent girls

PENDAHULUAN

Kadar Hemoglobin ialah ukuran pigmen respiratorik dalam butiran-butiran darah merah.¹ Jumlah Hb dalam darah normal adalah kira-kira 15 gram setiap 100 ml darah dan jumlah ini biasanya disebut "100 persen".² Penurunan kadar Hb dari normal berarti kekurangan darah yang disebut anemia.³

Anemia menjadi masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia. Berdasarkan data WHO tahun 2013 prevalensi anemia dunia berkisar 24,8% dari populasi yang berarti mempengaruhi sedikitnya 1,62 miliar orang.⁴ Di Indonesia sendiri menurut laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 proporsi penduduk umur ≥ 1 tahun

Lampiran 13

ABSTRAK

HUBUNGAN FREKUENSI MINUM TEH DAN POLA MENSTRUASI DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 4 SURAKARTA

Siti Amiroh^{1*}, Dewi Pertiwi Dyah Kusudaryati², Retno Dewi Noviyanti³

*Email: amirohsiti2@gmail.com

Kata Kunci

Frekuensi minum teh,
pola menstruasi, kadar
hemoglobin

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan pada remaja di Indonesia yang disebabkan oleh beberapa hal, seperti frekuensi minum teh dan pola menstruasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan frekuensi minum teh dan pola menstruasi dengan kadar Hb pada remaja putri di SMK Negeri 4 Surakarta. Rancangan penelitian *cross-sectional*. Jumlah sampel 55 siswi yang dipilih secara *systematic random sampling*. Data frekuensi minum teh dan pola menstruasi diperoleh dengan metode angket sedangkan data kadar hemoglobin diperoleh menggunakan alat *GCHB*. Data dianalisis dengan korelasi *Rank Spearman*. Sampel anemia sebanyak 25,5%. Frekuensi minum teh tidak baik sebanyak 58,2%. Siklus menstruasi normal sebanyak 74,5% dan lama menstruasi normal sebanyak 85,5%. Hasil uji statistik kebiasaan minum teh dengan kadar hemoglobin adalah 0,001; $r = -0,426$, siklus menstruasi dengan kadar hemoglobin adalah 0,275 dan lama menstruasi dengan kadar hemoglobin adalah 0,912. Kesimpulannya adalah ada hubungan antara frekuensi minum teh dengan kadar hemoglobin. Tidak ada hubungan antara pola menstruasi dengan kadar Hemoglobin.

1. Mahasiswa program S1 Gizi STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta
2. Dosen Pembimbing 1 S1 Gizi STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta
3. Dosen Pembimbing 2 S1 Gizi STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta



Anemia Occurrence in Student of SMAN 1 Teluk Belengkong Indragiri Hilir Regency In 2019

Determinan Kejadian Anemia pada Siswi SMAN 1 Teluk Belengkong Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2019

Ikhtiyaruddin¹, Agus Alamsyah², Mitra³, Ary Setyaningsih⁴

^{1,2,3} STIKes Hang Tuah Pekanbaru

⁴ Puskesmas Teluk Belengkong Kabupaten Indragiri Hilir

ABSTRACT

Anemia is a medical condition which is the number of red blood cells or hemoglobin is less than normal <12 gram/100ml. Province of Riau is a region with high rates of anemia in Indonesia with prevalence exceed the threshold (36%). Based on the results of a survey conducted at SMAN 1 of Teluk Belengkong Indragiri Hilir Regency was obtained from 10 female students and 7 people who were anemia. The purpose of this research was to find out the relationship between menstruation, physical activity, consumption zinc tablet, breakfast, vegetable consumption, tea consumption with anemia in female students in the SMAN 1 of Teluk Belengkong Indragiri Hilir Regency year 2019. This research was a quantitative analytic with a research design a cross-sectional. The study population amounted to 90 people with 90 samples which taken by using total sampling. The data analyzed used chi-square test. The result 60 % of students were have anemia, P-value < 0,05 showed that there were relationship between menstruation P-value = 0,003 (POR = 4,2), physical activity P-value = 0,001 (POR = 4,8), breakfast P-value = 0,001 (POR = 6,8) and tea consumption P-value = 0,014 (POR = 3,2) with anemia in female students in the SMAN 1 of Teluk Belengkong. There was no relationship between consumption zinc tablet P-value = 0,355 (POR = 1,7) and vegetable consumption P-value = 0,093 (OR = 0,4) with anemia in female students in SMAN 1 of Teluk Belengkong. It concludes that there is a significant relationship between menstruation, physical activity, breakfast, and tea consumption among female students to the incidence of anemia at SMAN 1 Teluk Belengkong. It is recommended that the school collaborate with the public health center in periodic anemia examinations and provide counseling about anemia and prevention efforts.

ABSTRAK

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal yaitu <12gram/100ml. Provinsi Riau merupakan wilayah dengan angka kejadian anemia tinggi di Indonesia dengan prevalensi mendekati ambang gawat (36%). Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan di SMAN 1 Teluk Belengkong Kabupaten Indragiri Hilir didapatkan bahwa dari 10 siswi terdapat 7 orang (70%) mengalami anemia. Tujuan dari penelitian ini yaitu diketahuinya hubungan antara menstruasi, aktivitas fisik, konsumsi tablet Fe, kebiasaan sarapan pagi, kebiasaan mengonsumsi sayur, kebiasaan konsumsi teh dengan kejadian anemia pada siswi SMAN 1 Teluk Belengkong Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2019. Jenis penelitian bersifat kuantitatif analitik dengan desain cross sectional. Populasi penelitian berjumlah 90 orang dan semuanya dijadikan subjek penelitian dengan uji chi-square. Hasil penelitian 60 % mengalami anemia dengan P value < 0,05 menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara menstruasi P value = 0,003 (POR = 4,2), aktivitas fisik P value = 0,001 (POR = 4,8), sarapan pagi P value = 0,001 (POR = 6,8) dan konsumsi teh P value = 0,014 (POR = 3,2) dengan kejadian anemia. Tidak ada hubungan antara konsumsi tablet Fe P value = 0,355 (POR = 1,7) dan konsumsi sayur P value = 0,093 (OR = 0,4) dengan kejadian anemia. Disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara menstruasi, aktifitas fisik, sarapan pagi, dan konsumsi teh pada siswi terhadap kejadian anemia di SMAN 1 Teluk Belengkong. Disarankan pihak sekolah melakukan kerjasama dengan puskesmas dalam pemeriksaan anemia berkala dan memberikan penyuluhan tentang upaya pencegahan anemia.

Keywords : Anemia, Breakfast, Menstruation, Tea Consumption.

Kata Kunci : Anemia, Konsumsi Teh, Menstruasi, Sarapan Pagi.

Correspondence : Agus Alamsyah, Jl. Tengku Bey
Email : Agusa41@gmail.com , 085211284826

• Received 10 Maret 2020 • Accepted 03 Mei 2020 • p - ISSN : 2088-7612 • e - ISSN : 2548-8538 •

DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol6.Iss1.527>

Copyright ©2017. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial used, distribution and reproduction in any medium

Lampiran 15

HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI DAN VITAMIN C DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MAN 2 MODEL PALU

Abd.Farid Lewa

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Palu
Email:chyfa2008@yahoo.co.id

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah gizi mikro yang cukup serius dengan prevalensi tertinggi dialami oleh Indonesia. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 Prevalensi anemia pada perempuan di Indonesia sebesar 23,9% dan untuk prevalensi anemia usia 15-24 tahun sebesar 18,4%. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan asupan zat besi, protein dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri di MAN 2 Model Palu. Jenis penelitian yang digunakan bersifat analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data dilakukan dengan *Recall* 24 jam selama 3 hari berturut-turut dan nilai kadar hemoglobin diperoleh dari pengambilan darah dengan metode *hemocue*. Jumlah sampel 75 sampel diambil dengan teknik *Proportionate Random Sampling*. Uji hubungan yang digunakan adalah uji *Fisher exact*. Hasil penelitian diperoleh Hasil uji hubungan asupan protein, zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia diperoleh $p > 0,05$. Kesimpulan penelitian ini adalah tidak ada hubungan asupan protein, zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri di MAN 2 Model Palu. Adapun saran dalam penelitian ini diharapkan pihak sekolah dan orang tua lebih memperhatikan asupan makanan siswi.

Kata-kata kunci: asupan protein, asupan zat besi, asupan vitamin C, anemia, remaja putri

Abstract

Anemia is one of the problems are serious enough micronutrients with the highest prevalence experienced by Indonesia. Based Health Research in 2013 Prevalence of anemia in women in Indonesia amounted to 23.9% and for 15-24 years the prevalence of anemia of 18.4%. The purpose in this study to determine the relationship of the intake of iron, protein and vitamin C with anemia in adolescent girls in MAN 2 Model Palu. Jenis used analytical research with cross sectional approach. Recall data was collected through 24 hours for 3 consecutive days and values hemoglobin levels obtained from blood sampling method hemocue. Number of samples 75 samples taken with Proportionate Random Sampling technique. The correlation test used is the Fisher exact test. The results were obtained relationship test result intake of protein, iron and vitamin C with anemia obtained $p > 0.05$. It is concluded that there is no relationship intake of protein, iron and vitamin C with anemia in adolescent girls in MAN 2 Model Palu. The suggestions in this study is expected that the school and parents pay more attention to the food intake of students.

Keywords: protein intake, intake of iron, vitamin C intake, anemia, young women

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah gizi mikro yang cukup serius dengan prevalensi tertinggi dialami oleh Indonesia. Salah satu golongan yang rawan gizi adalah remaja. Remaja sangat rawan terkena anemia dibandingkan anak-anak dan usia dewasa, karena remaja berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga lebih banyak membutuhkan zat gizi mikro dan zat gizi makro. Anemia adalah suatu kondisi medis di mana jumlah sel darah merah (eritrosit) dan/atau jumlah hemoglobin yang ditemukan dalam sel-sel darah merah menurun di bawah normal. Sel darah merah dan hemoglobin yang terkandung di dalamnya diperlukan untuk transportasi dan pengiriman oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Tanpa kecukupan pasokan oksigen, banyak jaringan dan organ seluruh tubuh dapat terganggu (1).

Anemia merupakan dampak masalah gizi pada remaja putri. Anemia gizi disebabkan karena kekurangan zat gizi yang berperan dalam proses pembentukan hemoglobin, dapat karena kekurangan konsumsi atau gangguan absorpsi. Zat gizi yang dimaksudkan antara lain besi dan protein yang berfungsi sebagai katalisator untuk membentuk hemoglobin, serta vitamin C yang mempengaruhi penyerapan besi dalam tubuh. Protein merupakan zat gizi yang sangat penting bagi tubuh karena selain berfungsi sebagai sumber energi dalam tubuh juga berfungsi sebagai zat pembangun dan

Lampiran 16

Putera, KSK. dkk. Hubungan Pola Makan dengan...

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA DI SMP NEGERI 18 BANJARMASIN 2019/2020

Krishna Satyagraha Kusuma Putera¹, Meitria Syahadatina Noor², Farida Heriyani²

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran,
Universitas Lambung Mangkurat.

²Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung
Mangkurat.

Email korespondensi: grahasatya78@gmail.com

Abstract: *Anemia in adolescents can occur due to malnutrition. Many young women experience a lack of nutrients in their daily food consumption. Based on data from the Banjarmasin City Health Office in 2018, the prevalence of anemia in adolescents aged 10-19 years in Banjarmasin City was 924 cases, in 884 adolescent girls. One factor causing anemia is poor diet. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between eating patterns and the incidence of anemia in adolescent girls at SMP Negeri 18 Banjarmasin 2019/2020. The method used is observational analytic with cross sectional approach. The sample of the study was 88 female teenagers from SMPN 18 Banjarmasin. Taken with proportional random sampling. Data analysis using fisher exact test ($\alpha=0,05$). The results of this study were 45% of respondents with anemia and 55% of anemia, 89% of bad eating patterns and 11% of good eating patterns. The analysis showed that the value of $p = 0.104$ with the conclusion of the study there was no relationship between eating patterns with the incidence of anemia.*

Keywords: *Food diet, anemia, adolescents females*

Abstrak: *Anemia pada remaja dapat terjadi disebabkan oleh kekurangan gizi. Remaja putri banyak mengalami kekurangan zat-zat gizi dalam konsumsi makanan sehari-harinya. Berdasarkan data dinas kesehatan Kota Banjarmasin pada tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja usia 10-19 tahun di Kota Banjarmasin terdapat 924 kasus, pada remaja putri sebanyak 884 kasus. Salah satu faktor penyebab anemia adalah buruknya pola makan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 18 Banjarmasin 2019/2020. Metode yang digunakan adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian adalah remaja putri SMPN 18 Banjarmasin dengan jumlah 88 orang. Diambil dengan *proportional random sampling*. Analisis data menggunakan uji *fisher exact test* ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian ini responden yang mengalami anemia 45% dan tidak anemia 55%, pola makan tidak baik sebanyak 89% dan pola makan baik sebanyak 11%. Hasil analisis menunjukkan nilai $p = 0,104$ dengan kesimpulan penelitian tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia.*

Kata-kata kunci: *Pola makan, anemia, remaja putri*

Lampiran 17

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN ANEMIA PADA SISWI SMA

Sarni Anggoro

Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Surya Global Yogyakarta, Jl Ringroad Selatan Blado, Balong Lor, Potorono, Banguntapan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia 55194
sarnianggoro73@gmail.com

ABSTRAK

Anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar hemoglobin dan eritrosit yang lebih rendah dari normal. Anemia gizi besi pada remaja putri beresiko lebih tinggi karena menyebabkan seseorang mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena masalah kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kejadian anemia pada siswi kelas X SMA Negeri 1 Kalibawang. Penelitian ini menggunakan jenis survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Pengambilan sampel menggunakan total sampling, dengan sampel sebanyak 69 siswi. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan alat cek kadar hemoglobin. Kuesioner dilakukan uji validitas menggunakan pearson product moment didapatkan data valid dengan r hitung $> r$ tabel (0,329) pada keempat kuesioner. Uji reliabilitas menggunakan alpha cronbach menunjukkan hasil reliable dengan nilai $\alpha=0,746 > 0,6$. Analisa data menggunakan uji chi square. Hasil dari penelitian ini, dari 69 siswi terdapat 14 (20,3%) yang kadar hemoglobin tidak normal dan 55 (79,7%) dengan kadar hemoglobin normal. Setelah diuji menggunakan chi square didapatkan adanya pengaruh pengetahuan dengan nilai ($p=0,003$), sikap ($p=0,046$), pola makan ($p=0,003$), dan pendapatan keluarga ($p=0,025$) dengan kejadian anemia. Anemia pada siswi kelas X SMA Negeri 1 Kalibawang dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pengetahuan, sikap, pola makan, dan pendapatan keluarga.

Kata kunci: anemia remaja; pendapatan keluarga; pengetahuan; pola makan; sikap

FACTORS AFFECTING THE EVENT OF ANEMIA IN HIGH SCHOOL STUDENTS

ABSTRACT

Anemia is a condition with hemoglobin and erythrocyte levels lower than normal. Iron nutrient anemia in adolescent girls is at higher risk because it causes a person to experience a decrease in endurance so he is susceptible to health problems. This study aims to determine what factors influence the incidence of anemia in class X students of SMA Negeri 1 Kalibawang. This research uses analytic survey type with cross sectional approach. Sampling using total sampling, with a sample of 69 students. The research instrument used a questionnaire and a check tool for hemoglobin levels. The questionnaire was tested for validity using Pearson product moment valid data obtained by r count $> r$ table (0.329) on all four questionnaires. Reliability test using Cronbach alpha showed reliable results with a value of $\alpha = 0.746 > 0.6$. Data analysis using chi square test. The results of this study, of 69 students there were 14 (20.3%) with abnormal hemoglobin levels and 55 (79.7%) with normal hemoglobin levels. After being tested using chi square there was an influence of knowledge with value ($p = 0.003$), attitude ($p = 0.046$), diet ($p = 0.003$), and family income ($p = 0.025$) with the incidence of anemia. Anemia in class X students of SMA Negeri 1 Kalibawang is influenced by several factors including knowledge, attitudes, eating patterns, and family income.

Keywords: adolescent anemi; family income; knowledge; diet; attitude

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar hemoglobin dan eritrosit yang lebih rendah dari normal (Masrizal, 2007). Remaja putri merupakan kelompok yang memiliki risiko tinggi mengalami anemia

dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan pada remaja putri kebutuhan absorpsi zat besi mengalami puncaknya di umur 14-15 tahun, sedangkan pada remaja putra satu atau dua tahun berikutnya (WHO, 2011).