

## **Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku tentang gizi terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri**

Ratih Puspitasari<sup>1</sup>, Ekorini Listiowati<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kefokteran dan Ilmu Kesehatan,  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

<sup>2</sup>Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat dan Keluarga, Fakultas Kedokteran dan Ilmu  
Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

### **ABSTRAK**

Di Indonesia terdapat empat masalah gizi remaja yang utama salah satunya adalah Anemia Gizi Besi (AGB). Remaja putri dalam masa pertumbuhan membutuhkan gizi lebih banyak dibandingkan dengan kelompok umur lain. Anemia kekurangan zat besi dapat menimbulkan berbagai dampak terhadap remaja putri antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi dan menurunnya aktivitas dan prestasi belajar.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri.

Penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di SMA 1 Bantul dengan jumlah responden sebanyak 30 siswi. Teknik pengambilan sampel secara *proporsional random sampling*. Analisa data menggunakan uji *Spearman Rank*.

Hasil penelitian menunjukkan hubungan tingkat pengetahuan tentang gizi terhadap kejadian anemia  $p= 0,299$  sedangkan hubungan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia  $p= 0,182$ . Kesimpulannya adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Saran ditujukan kepada Unit kesehatan di sekolah agar melakukan penanggulangan dan memberikan perhatian yang serius terhadap penanggulangan kejadian anemia.

**Kata kunci** : Pengetahuan gizi, Perilaku gizi, Anemia Remaja Putri

# **Correlation between The Level of Knowledge and Behaviour about Nutritions**

## **with the incidence of anemia in adolescent girls**

Ratih Puspitasari<sup>1</sup>, Ekorini Listiowati<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Medical Program, Faculty of Medicine and Health Science, Muhammadiyah

University of Yogyakarta

<sup>2</sup>Department of Community and Family Medicine, Faculty of Medicine and  
Health Science, Muhammadiyah University of Yogyakarta

### **ABSTRACT**

In Indonesia, there are four main issues that teenagers nutrition is one of Nutritional Anemia Iron ( AGB ) . The adolescent girls that in a period of growth requires more nutrition than other age groups . Iron deficiency anemia can cause a variety of effects on adolescent girls, among others, lowered immune system are susceptible to infection and decreasing the activity of learning and achievement . The purpose of this study was to determine the relationship between the level of knowledge and attitudes about nutrition on the incidence of anemia in adolescent girls.

This study was an observational study with cross sectional analytic. This research was conducted in senior high school of 1 Bantul, that the number of respondents were 30 students . Sampling technique is using proportionate random sampling. And the data analysis is using Spearman Rank test.

The results showed a relationship to the level of knowledge of the nutritional anemia  $p = 0.299$  while the relationship of nutrition on behavior anemia  $p = 0.182$  . In conclusion there is no significant relationship between the level of knowledge and attitudes about nutrition on the incidence of anemia in adolescent girls . Suggestions aimed at health units in schools that did overcome and give serious attention to the prevention of anemia.

Keywords : Knowledge of nutrition , nutrition Behavior , Anemia Young Women

## **Pendahuluan**

Anemia gizi remaja merupakan masalah gizi yang paling utama di Indonesia yang disebabkan karena kekurangan zat besi pembentuk hemoglobin.<sup>1</sup> Masa remaja bagi remaja putri merupakan masa pertumbuhan yang sangat cepat. Angka kejadian anemia pada remaja putri cukup tinggi di Yogyakarta, didapatkan hasil sekitar 34 % remaja putri di daerah Yogyakarta mengidap anemia.<sup>2</sup> Defisiensi makanan memegang peranan penting dalam timbulnya anemia di negara – negara yang berkembang.<sup>3</sup>

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri.

## **Bahan dan Cara Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*, yang menggambarkan dan menjelaskan hubungan antara variabel bebas yaitu tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dan perilaku tentang gizi dengan variabel terikat yaitu kejadian anemia pada remaja putri. Populasi yang digunakan adalah seluruh remaja putri Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Bantul. Sampel yang dipilih adalah 30 orang.

Sebagai kriteria inklusi responden adalah remaja putri di Sekolah Menengah Atas (SMA) N 1 Bantul, sudah mengalami menstruasi, bersedia menjadi responden, tidak mempunyai penyakit kronis yang berdampak pada anemia. Pengambilan sampel ini dilakukan

pada bulan Mei. Penelitian diawali dengan pemilihan responden yang memenuhi kriteria inklusi penelitian. Setelah itu responden diberikan kuesioner mengenai pengetahuan dan perilaku tentang gizi. Setelah itu, dilakukan pengukuran tinggi badan, berat badan, dan kadar Hb dengan menggunakan alat Hb digital secara langsung. Dengan cara ini dapat diketahui tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia.

### **Hasil Penelitian**

Pada tabel 1 Tingkat Pengetahuan tentang Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri diuji menggunakan uji nonparametric Spearman Rank karena setelah data diuji normalitas ternyata data berdistribusi tidak normal dan didapatkan hasil yang signifikansinya 0,299. Maka dapat

disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel tingkat pengetahuan tentang gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Pada tabel 2 Perilaku tentang Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri diuji menggunakan uji nonparametric *Spearman Rank* karena setelah data diuji normalitas ternyata data berdistribusi tidak normal dan didapatkan hasil yang signifikansinya 0,182. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel perilaku tentang gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi dengan kejadian anemia, dari kedua variabel di atas yang paling berhubungan terhadap kejadian

anemia pada remaja putri di dalam penelitian ini tidak dapat di analisis, karena kedua variabel tidak berhubungan secara signifikan dengan kejadian anemia pada remaja di SMA N 1 Bantul.

Pada tabel 3 Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri menunjukkan bahwa orang yang mempunyai tingkat pengetahuan sedang akan mengalami kejadian anemia sebesar 0,299 kalinya dibandingkan dengan orang yang mempunyai tingkat pengetahuan tinggi. Namun hasil tersebut ternyata tidak terdapat hubungan dengan kejadian anemia yang bermakna secara statistik (  $p = 0,299$  ;  $CI = 0,017 - 3,660$ ).

Pada tabel 4. Hubungan antara perilaku tentang gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri

menunjukkan bahwa orang yang mempunyai perilaku gizi yang buruk akan mengalami kejadian anemia sebesar 0,208 kalinya dibandingkan dengan orang yang mempunyai perilaku gizi yang baik. Namun hasil tersebut juga ternyata tidak terdapat hubungan dengan kejadian anemia yang bermakna secara statistik (  $p = 0,182$ ;  $CI = 0,019 - 2,290$ ).

**Tabel 1**  
**Nonparametric Correlations**  
**Correlations**

			Tingkat Pengetahuan	Anemia
Spearman's rho	Tingkat Pengetahuan	Correlation	1,000	-,196
		Coefficient	.	,299
		Sig. (2-tailed)	.	,299
	Anemia	Correlation	-,196	1,000
		Coefficient	-,196	1,000
		Sig. (2-tailed)	,299	.
		N	30	30

**Tabel 2**  
**Nonparametric Correlations**  
**Correlations**

			Perilaku	Anemia
Spearman's rho	Perilaku	Correlation	1,000	-,251
		Coefficient	.	,182
		Sig. (2-tailed)	.	,182
	Anemia	Correlation	-,251	1,000
		Coefficient	-,251	1,000
		Sig. (2-tailed)	,182	.
		N	30	30

**Tabel 3**  
**Anemia \* Tingkat Pengetahuan**  
**Crosstab**

		Count		Total
		Tingkat Pengetahuan		
		Tinggi	Sedang	
Anemia	anemia	3	1	4
	tidak anemia	24	2	26
Total		27	3	30

**Risk Estimate**

	Value	95% Confidence Interval	
		Upper	Lower
Odds Ratio for Anemia (anemia / tidak anemia)	,250	,017	3,660
For cohort Tingkat Pengetahuan = Tinggi	,813	,456	1,446
For cohort Tingkat Pengetahuan = Sedang	3,250	,376	28,106
N of Valid Cases	30		

**Tabel 4**

**Anemia \* Perilaku  
Crosstab**

Count

	Perilaku		Total
	Baik	Buruk	
Anemia	1	3	4
tidak anemia	16	10	26
Total	17	13	30

**Risk Estimate**

	Value	95% Confidence Interval	
		Upper	Lower
Odds Ratio for Anemia (anemia / tidak anemia)	,208	,019	2,290
For cohort Perilaku = Baik	,406	,072	2,279
For cohort Perilaku = Buruk	1,950	,925	4,112
N of Valid Cases	30		

## Diskusi

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri.

Perilaku remaja putri pada masa sekarang juga dipengaruhi oleh pola makan remaja yang sering kali tidak menentu serta faktor psikososial yang merupakan penentu dalam memilih makanan. Hal ini merupakan faktor resiko terjadinya masalah gizi bila tidak ada masalah ekonomi ataupun keterbatasan makanan. Faktor psikososial yang dimaksud adalah kebiasaan remaja yang menyukai makanan yang beraneka ragam dan variasi, baik jenis maupun rasa.<sup>4</sup>

Faktor lain yaitu tentang asupan zat gizi dalam makanan ,

asupan zat gizi dalam hal ini memegang peranan yang penting untuk pertumbuhan selama masa remaja. Zat besi dapat diperoleh dari bermacam – macam jenis makanan, zat besi yang tidak adekuat akan memicu terjadinya anemia.<sup>5</sup>

Anemia dalam masa pertumbuhan bagi remaja putri memberikan pengaruh kurang baik dalam aktivitas sehari – hari maupun bagi pertumbuhan. Berbagai penyulit masa pertumbuhan dapat terjadi seperti terganggunya distribusi nutrisi di dalam tubuh, mudah lelah serta penurunan konsentrasi dan penurunan prestasi bagi remaja.<sup>6</sup>

Remaja putri dengan pendapatan yang lebih tinggi memiliki prevalensi anemia lebih rendah dan mengonsumsi lebih banyak zat besi dan vitamin. Analisis regresi logistik menunjukkan



penurunan prevalensi anemia sebagai pendapatan rumah tangga meningkat.<sup>7</sup>

### **Kesimpulan**

Dari hasil penelitian di atas dapat disimpulkan:

1. Diketahui tidak adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai signifikan 0,299.
2. Diketahui tidak adanya hubungan yang signifikan antara perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai signifikan 0,182.
3. Diketahui besarnya prevalensi kejadian

anemia remaja putri sebesar 13,3%.

### **Saran**

Dari penelitian di atas, disarankan beberapa hal :

#### 1. Bagi Ilmu Kesehatan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri namun penelitian ini dapat dijadikan referensi dan sebagai acuan dalam program pelayanan kesehatan pada remaja (PKPR).

#### 2. Bagi Tenaga Kesehatan

Perlunya perhatian yang lebih terhadap kejadian anemia pada remaja, sehingga

diperlukan usaha – usaha *preventif* sebagai contoh adalah penyuluhan kepada remaja putri mengenai anemia.

### 3. Bagi Remaja Putri

Bagi remaja putri diharapkan untuk dapat meningkatkan kesadaran akan pengaturan gizi dalam asupan makanan sehari – hari serta memahami makanan yang dikonsumsi dan meningkatkan kesadaran akan faktor resiko terjadinya anemia pada remaja.

### 4. Bagi UKS

Perlunya perhatian lebih terhadap kejadian anemia pada remaja karena kejadian anemia berpengaruh banyak terhadap proses belajar siswi dan prestasi.

### 5. Bagi Peneliti Lain

Orangtua perlu dilibatkan dalam menggali informasi mengenai pengaturan menu makanan sehari – hari agar lebih terperinci, status sosial ekonomi, tingkat aktivitas kesibukan orang tua sehingga dari faktor – faktor ini akan didapatkan hasil dari penelitian yang lebih baik.

## Daftar Pustaka

1. Almatier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama.
2. Dinkes Yogyakarta (2013). 34 persen remaja putri Yogyakarta idap anemia. Artikel, diakses 10 April 2014 dari <http://jogja.antaranews.com/berita/307592/34-persen-remaja-putri-yogyakarta-idap-anemia>.
3. Wiknjosastro. 2005. *Ilmu kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
4. IDAI (2013). Nutrisi pada Remaja. Artikel, diakses 20

Mei 2014 dari  
<http://idai.or.id/public-articles/seputar-kesehatan-anak/nutrisi-pada-remaja.html>

5. Michael J. Gibney, 2008. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC
6. Arisman. 2009. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Buku Kedokteran EGC: Jakarta
7. JY Kim, et all (2013). Relationship between socioeconomic status and anemia prevalence in adolescent girls based on the fourth and fifth Korea National Health and Nutrition Examination Surveys. *Pupmed Journal* at <http://www.pupmed.com>  
Diakses pada tanggal 18 Mei 2014.