



Penyebab Anemia Pada Remaja Puteri

Yudi Alfian¹, Mira Octaviani Malik², Maya Arfania³

^{1,2,3}Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Buana Perjuangan Karawang

Abstract

Received: 14 Januari 2023

Revised: 19 Januari 2023

Accepted: 27 Januari 2023

Anemia is a condition characterized by reduced hemoglobin in the body. Hemoglobin is a metalloprotein, namely a protein containing iron in red blood cells that functions as a carrier of oxygen from the lungs throughout the body. Iron deficiency anemia is anemia caused by a lack of iron which is used for the synthesis of hemoglobin (Hb). Anemia is the second highest cause of disability in the world. This is because anemia can cause various complications, including decreased endurance, cognitive impairment, stunted growth, decreased activity, and changes in behavior. The data used in writing this article review was collected using the literature study method. Literature searches were carried out using online-based literature search instruments, such as from 3 sources namely, Google scholar, pubmed, and science direct journals taken in this study consisted of 8 international journals and 2 national journals from the year range (2012-2022).

Keywords: Anemia; teenage girl; menstruation

(*) Corresponding Author

fm19.yudialfian@mhs.ubpkarawang.ac.id

How to Cite: Alfian, Y., Malik, M., & Arfania, M. (2023). Penyebab Anemia Pada Remaja Puteri. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(6), 649-657. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7790245>

PENDAHULUAN

Anemia merupakan penyebab kecacatan tertinggi kedua di dunia. Hal ini disebabkan oleh karena anemia dapat menyebabkan berbagai macam komplikasi antara lain penurunan daya tahan tubuh, gangguan kognitif, pertumbuhan terhambat, aktivitas menurun, dan perubahan tingkah laku (Abdulsalam, 2016). Sekitar 25% orang di dunia ini terkena anemia (Priyanto, 2018). Wilayah Asia Tenggara merupakan wilayah yang memiliki banyak penderita anemia dimana ada sekitar 200 juta wanita dan 96 juta anak-anak terkena anemia (Mansyur, et al., 2019). Sedangkan di Indonesia ada sekitar 21,70% orang menderita anemia menurut Kemenkes RI Tahun 2013 (Priyanto, 2018). Data lainnya menunjukkan bahwa prevalensi di Indonesia adalah sebesar 23,7% dengan prevalensi berdasarkan kelompok berisiko tinggi menunjukkan bahwa kejadian anemia pada ibu hamil memiliki persentase sekitar 48,9% dan balita sekitar 38,5% (Manikam, 2021). Diperkirakan setengah dari populasi penderita anemia tersebut merupakan Anemia Defisiensi Besi (ADB).

Anemia adalah keadaan yang ditandai dengan berkurangnya hemoglobin dalam tubuh. Hemoglobin adalah suatu metalloprotein yaitu protein yang mengandung zat besi di dalam sel darah merah yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Anemia defisiensi besi adalah anemia yang disebabkan karena kekurangan besi yang digunakan untuk sintesis hemoglobin (Hb). Gejala dari anemia secara umum adalah lemah, tanda keadaan hiperdinamik (denyut nadi kuat dan cepat, jantung berdebar, dan *roaring in the ears*). Banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia defisiensi



besi yaitu kebutuhan yang meningkat, asupan zat besi yang kurang, infeksi, dan perdarahan saluran cerna dan juga terdapat faktor-faktor lainnya. Anemia defisiensi besi dapat di diagnosis dengan cara anamnesis, pemeriksaan fisik dan pemeriksaan penunjang. Penatalaksanaan anemia defisiensi besi dapat dilakukan dengan pemberian zat besi secara oral, secara intramuskular dan transfusi darah (Julia, 2018).

METODE

Desain penelitian ini adalah *Literature Review*. *Literature Review* merupakan penelitian yang mengkaji atau mengkaji secara kritis pengetahuan, ide, atau temuan yang terkandung dalam tubuh karya sastra yang berorientasi akademis, serta merumuskan kontribusi teoretis dan metodologisnya untuk topik tertentu. Penelusuran yang dilakukan diperoleh dari data yang berasal dari *google scholar*, dimana data yang digunakan adalah jurnal yang dipublikasikan dalam kurung waktu sepuluh tahun terakhir. Sifat penelitian ini adalah deskriptif analisis, yaitu: dekomposisi teratur dari data yang telah diperoleh, kemudian diberikan pemahaman dan penjelasan sehingga dapat dipahami dengan baik oleh pembaca.

Tabel 1 kriteria inklusi dan enklusi

Kriteria	Inklusi	Enklusi
Jangka waktu dan populasi	Jurnal 10 tahun, yaitu tahun (2012-2022)	Jurnal internasional dan nasional yang rentang tahunnya dibawah 2012
Bahasa	Jurnal yang diambil dalam bahasa indonesia (Nasional) dan bahasa inggris (Internasional)	Jurnal internasional dengan bahasa selain bahasa inggris seperti bahasa arab, bahasa cina dll
Subyek	Jurnal tentang penyebab anemia pada remaja puteri	Jurnal tentang penyebab anemia pada laki-laki, lansia, dan selain remaja puteri
Tema Isi Jurnal	Anemia	Penyakit selain anemia
Jenis Jurnal	Jurnal penelitian <i>fulltext</i>	Jurnal bukan penelitian <i>fulltext</i>

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Sistem Penghantaran Obat dengan NLC

No.	Penulis	Tahun	Nama Jurnal	Judul Artikel	Metode	Hasil	Data Based
<hr/>							

1.	Faza Yasira Rusdi, Helmizar Helmizar, Hafifatul Auliya Rahmy	2021	Journal of Nutrition College 10 (1), 31-38	Pengaruh edukasi gizi menggunakan instagram terhadap perubahan perilaku gizi seimbang untuk pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 2 Padang	Design penelitian yang digunakan adalah <i>quasy eksperimental pre-post test with control group design</i> . Media yang digunakan adalah Instagram sebagai media untuk kelompok intervensi dan WhatsApp sebagai media untuk kelompok kontrol. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 2 Padang pada bulan Oktober 2019-April 2020. Sampel penelitian terdiri dari 60 remaja putri, yang terbagi dalam dua kelompok, yaitu 30 remaja putri kelompok intervensi dan 30 remaja putri kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan proporsional random sampling. Analisis data menggunakan paired sample t-test dan independent sample t-test.	terdapat peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada kelompok Instagram. Ada perbedaan pengetahuan yang signifikan antara Instagram dan kelompok kontrol. Pemberian edukasi gizi melalui Instagram berdampak pada peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja putri untuk mencegah anemia di SMA Negeri 2 Padang.	Google Scholar
2.	Ummi Kulsum	2020	Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan 11 (2), 314-327	Pola menstruasi dengan terjadinya anemia pada remaja putri	Penelitian ini menggunakan analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional dengan sampel sebanyak 36 orang.	Setelah dilakukan tabulasi silang, maka dilakukan analisis dengan menggunakan Rank Spearman dan diperoleh nilai p value sebesar $0,001 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, ada	Google Scholar

						hubungan pola menstruasi dengan terjadinya anemia pada remaja putri di SMK Kesuma Margoyoso Pati tahun 2019.	
3.	Siti Nunung Nurjannah, Ega Anggita Putri	2021	Journal Of Midwifery Care 1 (02), 125-131	Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan	Metode penelitian ini menggunakan penelitian analitik dengan menggunakan rancangan cross sectional, populasi dalam penelitian ini 110 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel total sampling.	Hasil analisis univariat, status gizi kurus 35, 5%, status gizi normal 57, 3%, status gizi gemuk 7, 3%, remaja anemia 82%, dan remaja tidak anemia 28%. Sedangkan analisis bivariat, penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia dengan nilai p value= 0,000. terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan.	Google Scholar
4.	Novy Ramini Harahap	2018	Nursing Arts 12 (2), 78-90	Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri	jenis penelitian ini bersifat survei analitik dengan pendekatan Cross sectional. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebagai subjek kasus adalah remaja putri SMP Negeri 8 Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang tahun 2018 berjumlah 188 orang dan sampel dalam penelitian berjumlah 65 sampel.	terdapat hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 8 Percut Sei Tuan adalah pengetahuan (p= 0,037), pendapatan orangtua (p= 0,017), status gizi (p= 0,009) dan menstruasi (p= 0,000). Sedangkan variabel yang tidak berhubungan secara signifikan adalah tingkat pendidikan orangtua (p= 0,339).	Google Scholar
5.	Fitri Apriyanti	2019	Jurnal Doppler 3 (2), 18-21	Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 1 Pangkalan	Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Jumlah sampel 70 responden dengan	Hasil penelitian didapatkan ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan (p value= 0,011).	Google Scholar

				Kerinci Kabupaten Pelalawan tahun 2019	menggunakan teknik stratified random sampling. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji chi square.		
6.	Nuriah Armah, Novy Ramini Harahap, Mila Syari, Novitri Adelina Sipayung	2021	Journal Of Midwifery Senior 5 (1), 25-36	Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Langkat	Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional (potong lintang). Penelitian dilakukan di SMP Swasta AirLangga Desa Namu Ukur Kabupaten Langkat. Populasi penelitian sebanyak 72 orang dan seluruhnya dijadikan sampel. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kepercayaan 95%(p= 0, 05).	Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Swasta Air Langga Namu Ukur Kabupaten Langkat yaitu konsumsi tablet Fe (p= 0,000), pola tidur (p= 0,001), pola makan (p= 0,002), siklus menstruasi (p= 0,016). Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadinya anemia pada remaja putri berhubungan dengan tidak konsumsi tablet Fe, pola tidur yang buruk, pola makan yang buruk dan siklus menstruasi yang tidak teratur.	Google Scholar
7	Safira Laksmi, Helmi Yenie	2018	Jurnal Keperawatan, Volume XIV, No. 1, April 2018	Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Di Kabupaten Tanggamus	penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Pengambilan data diperoleh dengan cara pembagian angket dan pemeriksaan kadar Hb. Analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat.	hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan kurang (53,1%) dan sebagian besar mengalami anemia (62,8%). Selanjutnya berdasarkan analisis juga disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kejadian anemia.	Google Scholar

					Analisa univariat menggunakan persentase, sedangkan analisa bivariat menggunakan uji chi square.			
8	Sri Hidayati L, Estri Kusumawati, Nova Lusiana, Ika Mustika	2019	Jurnal Kesehatan Vol 12 No 1 Tahun 2019	Anemia DEefiensi Besi Dan Indeks Massa Tubuh Terhadap SIKLUS Menstruasi Remaja	Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan rancangan penelitian kohort. Analisis data menggunakan program komputer dengan derajat kepercayaan 95%. Analisis bivariat menggunakan chi square dengan α 0,05. Regresi logistik ganda digunakan untuk melakukan analisis multivariat.	Hasil Penelitian menunjukkan 15 % remaja putri mengalami anemia, 48,3% indeks massa tubuh tidak normal dan 46,7 % siklus menstruasi tidak normal. Tidak terdapat pengaruh anemia dan indeks massa tubuh terhadap menstruasi remaja putri.	Google Scholar	
9	Fresthy Astrika Yunita, Sri Anggarini Parwatini Ngsih, Hardiningsih, Agus Eka Nurma Yuneta, M. Nur Dewi Kartikasari, Ropitasari,	2020	PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya, Vol.8(1) 2020	Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Di SMP 18 Surakarta	Jenis penelitian merupakan penelitian analitik observasional. Desain penelitian adalah cross sectional untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan kejadian anemia.	Hasil penelitian mayoritas remaja putri di SMP 18 Surakarta memiliki pengetahuan yang tinggi mengenai konsumsi zat besi, yaitu sebesar 66.67%. Sebanyak 26.67 % remaja putri di SMP 18 Surakarta mengalami anemia. Dari hasil uji statistik Chi-Square diperoleh nilai $p=0,04$ yang berarti terdapat hubungan pengetahuan remaja putri tentang konsumsi zat besi dengan kejadian anemia di SMP 18 Surakarta.	Google Scholar	

10	Kartika Ikawati, Rokhana	2018	JNPH Volume 6 No. 2 (Oktober 2018)	Pengaruh Bah Bit (Beta Vulgaris) Terhadap Indeks Eritrosit Pada Remaja Putri Dengan Anemia	Jenis penelitian yang digunakan dengan rancangan one group pretest posttest.	hasil penelitian di peroleh Indeks eritrosit sebelum mengonsumsi jus buah bit didapatkan rata-rata MCV 85 fl, dengan nilai minimum 79 fl dan nilai maksimum 90 fl. Rata-rata MCH 29 pg, dengan nilai minimum 25 pg dan nilai maksimum 31 pg. Rata-rata MCHC 33 %, dengan nilai minimum 30 % dan nilai maksimum 35%. Ada pengaruh yang signifikan ($P < 0,05$) dimana kadar indeks eritrosit sesudah mengonsumsi jus buah bit lebih tinggi dibanding sebelum mengonsumsi jus jambu biji merah	Google Scholar
----	--------------------------	------	------------------------------------	--	--	--	----------------

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil jurnal yang telah penulis Telusuri berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa 10 jurnal yang didapatkan hasil bahwa membuktikan adanya kekurangan gizi dan sering terjadinya anemia terhadap remaja putri saat menstruasi dengan terjadinya anemia, yang diperoleh bernilai P value sebesar $0.001 < 0.05$ sehingga kekurangan darah. Penyebab paling umum dari anemia adalah ketika anak kekurangan zat besi baik dari makanan atau asupan suplemen. Apalagi ketika anemia lebih banyak terjadi pada remaja putri karena di masa puber ia merasakan permulaan siklus menstruasi. Kekurangan gizi statusnya adanya hasil penelitian dimana status gizi kurus 57% , 3% , Status gemuk 7.3% pada remaja sering terjadinya anemia dengan nilai 82% pada suatu sekolah. Keseluruhan dari jurnal yang telah penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan pola makan, dan aktivitas. Salah satu alasannya karena remaja putri mengalami siklus menstruasi setiap bulannya. Menstruasi bulanan menyebabkan para remaja putri mudah mengalami anemia, yaitu kondisi dimana sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin didalamnya lebih rendah dari biasanya. Berdasarkan hasil penelitian Armanah *et al* (2012) menunjukkan bahwa faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Swasta Air Langga Namu Ukur Kabupaten Langkat yaitu konsumsi tablet Fe ($p = 0,000$), pola tidur ($p = 0,001$), pola makan ($p = 0,002$), siklus menstruasi ($p = 0,016$). Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadinya anemia pada remaja putri berhubungan dengan tidak konsumsi tablet Fe, pola tidur yang

buruk, pola makan yang buruk dan siklus menstruasi yang tidak teratur. Adanya masalah pada sistem kekebalan tubuh. Ataupun memiliki riwayat masalah kesehatan kronis. Faktor genetik, apabila orang tua memiliki riwayat anemia dan penyakit kelainan darah terkait lainnya. Memiliki masalah kesehatan dengan sumsum tulang belakang. Tingginya kejadian anemia tersebut kemungkinan disebabkan asupan zat besi yang kurang karena tingkat pengetahuan remaja tentang anemia kurang. Selain itu, tingginya proporsi anemia juga disebabkan karena ketidaktahuan remaja saat minum teh setelah atau bersamaan dengan makan dapat menyebabkan anemia. Untuk itu, perlu upaya dari tenaga kesehatan untuk mencegah kejadian anemia dengan cara memberikan informasi atau melakukan penyuluhan tentang tanda-tanda anemia dan konsumsi minuman teh yang benar untuk mengurangi kejadian anemia. Berdasarkan hasil penelusuran review artikel, sebanyak 30% jurnal penelitian membahas penyebab anemia pada remaja putri karena faktor menstruasi yang tidak teratur.

KESIMPULAN

Pada kesimpulan ini Berdasarkan hasil analisis 15 jurnal yang sudah penulis telaah yang mana didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan bermakna antara kepatuhan dalam pola makan dan aktivitas. dengan kejadian anemia pada remaja putri adalah status gizi, pengetahuan tentang anemia dan pendidikan ibu. Dengan cara bisa melakukan hal lainnya seperti beraktivitas fisik, seperti olahraga atau jalan-jalan santai, menjaga pola hidup sehat, dan melaksanakan sudah dianjurkan sesuai indikasi dari dokter atau ahli gizi dan mau memeriksakan diri secara rutin ke pelayanan kesehatan yang terdekat.

DAFTAR PUSTAKA

- Bose, S., Kaur, A., dan Sharma, S. K. 2013. *A review on advances of sustained release drug delivery system*. Int. Res. J. Pharm, 4 (6) : 1-5.
- Buwade, P., Shailendra Jadiya., Tripti Shukla., and Dr. Neeraj Upmanyu. 2015. *Advantages Of Immediate Release Tablets Over The Other Tablet Forms*. World Journal of Pharmaceutical Research; 2015. 4(11): pp.757-780
- Chandra, C., Tjitrosantoso, H., Lolo, W. 2016. *Studi penggunaan obat analgesik pada pasien cedera kepala (concussion) di RSUP PROF. Dr .R.D.KANDOU manado*. Jurnal Ilmiah Farmasi, 5(2), 197–204.
- Fresthy Astrika Yunita, Sri Anggarini Parwatiningsih, Hardiningsih, Agus Eka Nurma Yuneta, M. Nur Dewi Kartikasari, Ropitasari. 2020. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Di SMP 18 Surakarta*. PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya, Vol.8(1).

- Mita, S.R., Husni, P. 2017. *Pemberian pemahaman mengenai penggunaan obat analgesik secara rasional pada masyarakat di Arjasari Kabupaten Bandung*. *Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 6(3)
- Ratnaparkhi, M. P., & Gupta Jyoti, P. 2013. *Sustained release oral drug delivery system-an overview*. *Terminology*, 3(4), 10-22270.
- Tungadi, Robert. 2017. *Teknologi Sediaan Solida*. Wade Group : Jawa Timur
- Suprianto, S. 2017. *Analisis Kinetika Pelepasan Teofilin Dari Granul Matriks Kitosan*. *Jurnal Ilmiah Manuntung*, 2(1), 70-80.
- Sagala, R. J. 2019. *Metode Peningkatan Kecepatan Disolusi Dikombinasi Dengan Penambahan Surfaktan*. *Jurnal Farmasi Galenika (Galenika Journal of Pharmacy)(e-Journal)*, 5(1), 84-92.
- Safira Laksmi, Helmi Yenie. 2018. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Di Kabupaten Tanggamus*. *Jurnal Keperawatan*, Volume XIV, No. 1.
- Sri Hidayati L, Estri Kusumawati, Nova Lusiana, Ika Mustika, 2019. *Anemia DEefisiensi Besi Dan Indeks Massa Tubuh Terhadap Siklus Menstruasi Remaja*, *Jurnal Kesehatab* Vol 12 No 1.
- Kartika Ikawati, Rokhana. 2018. *Pengaruh Bah Bit (Beta Vulgaris) Terhadap Indek Eritrosit Pada Remaja Putri Dengan Anemia*. *JNPH Volume 6 No. 2.434*.