

GAMBARAN KADAR HAEMOGLOBIN (HB) PADA REMAJA PUTRI MUSLIM DI SMA NEGERI 5 KOTA BUKITTINGGI TAHUN 2022

Diana Putri¹

¹ Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi, Sumatera Barat , Indonesia
dianaputri270509@gmail.com

Abstrak

Anemia pada remaja menjadi masalah global yang belum tuntas terpecahkan dengan jumlah 48,9% berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018. Tujuan penelitian ini yaitu untuk melihat gambaran kadar Gambaran Kadar Haemoglobin (HB) Pada Remaja Putri Muslim Di SMA Negeri 5 Kota Bukittinggi Tahun 2022. Metode penellitian ini yaitu studi *crosssectional* dengan analisa data *univariate* yang di tampilkan melalui tabel distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar HB pada remaja putri muslim di SMA negeri 5 Kota Bukittinggi yaitu 15,13 gr% dengan jumlah remaja tidak anemia 95%. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas remaja putri muslim di SMA negeri 5 kota Bukittinggi dalam kondisi tidak anemia. Disarankan untuk terus melibatkan orang tua dalam kegiatan-kegiatan peningkatan derajat kesehatan siswa khususnya remaja putri muslim di SMA negeri 5 kota Bukittinggi

Kata kunci: Anemia, Kadar Haemoglobin , Remaja Putri, Muslim

Abstract

Anemia in adolescents is an unsolved global problem with a total of 48.9% based on the results of Riskesdas in 2018. The purpose of this study is to see an overview of the level of Haemoglobin (HB) Levels in Muslim Young Women at SMA Negeri 5 Bukittinggi City in 2022. This research method is a crosssectional study with univariate data analysis displayed through a frequency distribution table. The results showed that the average HB level in Muslim girls in SMA Negeri 5 Bukittinggi City was 15.13 gr% with the number of adolescents not anemic 95%. In this study, it can be concluded that the majority of Muslim young women in SMA Negeri 5 Bukittinggi city are not anemic. It is recommended to continue to involve parents in activities to improve the health degree of students, especially Muslim young women in SMA Negeri 5 Bukittinggi city.

Keywords: Anemia, Haemoglobin levels, Young Woman, Muslims

PENDAHULUAN

Anemia adalah masalah kesehatan masyarakat yang mempengaruhi negara-negara berpenghasilan rendah, menengah dan tinggi dan memiliki dampak buruk pada pembangunan sosial ekonomi. Oksigenasi jaringan otak yang rendah akibat anemia dapat menyebabkan gangguan fungsi kognitif dan perkembangan psikomotorik, terutama di kalangan anak-anak dan remaja. Ini berdampak buruk pada pembelajaran,

fungsi kognitif, perilaku, perhatian dan aktivitas rutin siswa muda (Brownlie T 2001; Krämer,2021) dan juga dapat mengakibatkan ketidakhadiran di perguruan tinggi. Anemia memiliki penyebab multifaktorial seperti nutrisi, usia, jenis kelamin, kelas sosial, karakteristik gaya hidup, faktor antropogenik yang merupakan cerminan dari obesitas seperti BMI, kebiasaan diet dan infeksi. Anemia gizi adalah salah satu masalah kesehatan global yang paling penting dan merupakan morbiditas paling

umum di antara mikronutrien dan mempengaruhi kesehatan, pendidikan, ekonomi dan produktivitas seluruh bangsa (Kotecha, 2011).

Ini dikategorikan sebagai salah satu dari sepuluh masalah kesehatan paling serius oleh WHO(2015) dan didefinisikan oleh WHO sebagai Hb.

Jika anemia ditemukan pada anak-anak prasekolah atau anak-anak sekolah, Ini memiliki dampak langsung pada pertumbuhan dan perkembangan otak, kecerdasan, dan persepsi anak-anak yang dianggap sebagai kelompok sumber daya penting di negara ini. Oleh karena itu, setiap negara telah menentukan langkah-langkah yang tepat untuk mencegah anemia. Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia anemia sangat prevalen dipinjamkan di negara-negara berkembang di Afrika dan Asia Tenggara Penyebab utama anemia yang ditemukan di daerah ini terutama disebabkan oleh kekurangan zat besi (WHO, 2015).

Secara universal, *Iron Deficiency Anemia(IDA)* adalah masalah nutrisi paling umum yang mempengaruhi sekitar 2 miliar orang di dunia, kebanyakan dari mereka (89%) berada di negara berkembang. IDA mempengaruhi sekitar 300 juta anak di seluruh dunia, berusia dari enam bulan sampai lima tahun. Di negara berkembang, IDA adalah masalah kesehatan umum yang menyerang bayi, anak prasekolah dan sekolah karena tingkat pertumbuhan yang cepat dikombinasikan dengan habisnya penyimpanan zat besi, kondisi hidup yang buruk dan pola makan yang tidak memadai (Youssef, Hassan, & Yasien, 2020).

Secara global, sekitar 600 juta anak usia prasekolah dan sekolah menderita anemia.

China telah mengalami transisi ekonomi yang cepat selama beberapa dekade terakhir, pola makan anak dan status gizi telah meningkat pesat dan prevalensi anemia di antara anak usia sekolah menurun dari 18,8% pada tahun 1995 menjadi 9,9% pada tahun 2010 (Zhang, Chen, & Liu, 2021).

Menurut data hasil Riskeddas tahun 2013 remaja putri mengalami anemia yaitu 37,1%, mengalami peningkatan menjadi 48,9% pada Riskeddas 2018, dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun. Anemia gizi besi pada remaja putri beresiko lebih tinggi karena menyebabkan seseorang mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena masalah kesehatan. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. Salah satu faktor pemicu anemia adalah kondisi siklus menstruasi yang tidak normal. Kehilangan darah yang sebenarnya apabila mengalami kadar menstruasi yang berlebihan lebih dari 3-4 hari, pembalut atau tampon selalu basah setiap jamnya dan sering menggantinya. Kehilangan banyak darah saat menstruasi diduga dapat menyebabkan anemia (Herwandar & Soviyati, 2020).

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis berkeinginan untuk meneliti lebih lanjut tentang gambaran kadar hemoglobin pada remaja putri muslim di SMA Negeri 5 Bukittinggi.

METODE PENELITIAN

Populasi

Studi *cross-sectional* dilakukan di SMA Negeri 5 Kota Bukittinggi terhadap 50 siswa Muslim berusia 12 hingga 18 tahun. Kriteria inklusi dari penelitian ini adalah: usia 12 hingga 18 tahun, dalam kondisi sehat (tanpa penyakit yang mendasarinya, termasuk penyakit ginjal kronis, penyakit tiroid, diabetes mellitus, infeksi dan / atau peradangan) sebagaimana ditentukan saat proses wawancara. Semua siswa yang berpartisipasi dalam penelitian ini menerima klarifikasi sebelum secara sukarela menandatangani persetujuan dengan izin tertulis Proyek penelitian ini disetujui oleh lembaga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat universitas mohammad natsir bukittinggi.

PENGUMPULAN DATA

Pengumpulan data sosio-demografis, seperti usia, kondisi medis, kebiasaan makan dan informasi keluarga, seperti jumlah anggota keluarga, tingkat pendidikan orang tua, pendapatan keluarga, dan hubungan orang tua diperoleh dengan metode wawancara. Pemeriksaan kadar HB dilakukan dengan menggunakan alat pemeriksaan HB diagnosis anemia didefinisikan sesuai dengan kriteria WHO12. Anemia didefinisikan sebagai tingkat Hb <12 g/dL pada individu berusia 12-14 tahun, dan subjek berusia 15 tahun ke atas adalah anemia kon- sidered dengan tingkat Hb <13 dan <12 g/dL pada pria dan wanita, masing-masing.

ANALISA DATA

Data yang diperoleh didistribusikan dalam bentuk distribusi frekuensi kemudian ditampilkan dalam bentuk presentase dan disajikan dalam bentuk tabel dan diagram

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil penelitian ini yaitu sebagai berikut

KARAKTERISTIK RESPONDEN

Tabel 1. Karakteristik remaja putri muslim Berdasarkan rerata Usia, Berat Badan dan Tinggi Badan di SMA Negeri 5 kota Bukittinggi

Karakteristik	rata-rata	min-max
Usia (tahun)	16,7	14-18

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan usia yaitu dengan rata-rata usia berada pada 16,7 tahun, rata-rata berat badan 53,64 Kg yaitu dan rata-rata tinggi badan 156 cm.

Usia remaja adalah umur individu yang berada dalam usia 10-19 tahun (Sarwono, 2006) dimana usia remaja terbagi atas 3 kategori, yaitu usia remaja awal (10- 12 tahun), usia remaja madya (13-15 tahun) dan usia remaja akhir (16-19 tahun). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden rata-rata dalam rentang usia remaja akhir.

Dalam ilmu psikologi, remaja dalam rentang usia remaja akhir memiliki karakteristik seperti: mulai merasa nyaman dengan hubunganhubungan dan keputusan tentang seksualitas dan preteransi. Hubungan individual mulai lebih menonjol dibanding dengan hubungan dengan kelompok. Remaja lebih terbuka terhadap pertanyaan spesifik tentang perilaku. Idealisme dapat mengakibatkan terjadinya konflik dengan keluarga. Dengan mulainya emansipasi, anak muda tersebut mulai lebih memahami akibat-akibat dari tindakannya. Sering tertarik dalam diskusi tentang tujuantujuan

hidup karena inilah fungsi utama mereka pada tahapan ini. Sebagian besar mampu memahami persoalan-persoalan kesehatan (Soeroso, 2001).

Karakteristik psikologis yang dimiliki kelompok remaja ini meningkatkan peluang untuk memberikan edukasi kesehatan terutama tentang upaya-upaya peningkatan HB dengan konsumsi makanan yang bergizi dan konsumsi tablet Fe. Hal ini dibuktikan oleh penelitian Sulistani (2021) tentang edukasi pencegahan anemia pada remaja putri dengan menggunakan metode kombinasi ceramah dan TGT dapat meningkatkan pengetahuan sebesar 36,1 % serta penelitian Zaddana (2019) juga menunjukkan hal yang sama yaitu Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat kenaikan skor pengetahuan responden setelah diberikan edukasi gizi. Kadar Hb responden juga mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi gizi dan suplementasi TTD.

RERATA KADAR HAEMOGLOBIN

Tabel 2 Rerata kadar Hemoglobin pada Remaja Putri Muslim di SMA Negeri 5 Kota Bukittinggi

Variabel	rata-rata	Min-Max
kadar HB	15,13	11,9-17,2

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa rerata kadar HB pada remaja putri muslim di SMA negeri 5 kota Bukittinggi yaitu 15,1 gr%. Jika dilihat presentase nya jumlah remaja putri yang tidak anemia mencapai 95%. Hal ini menunjukkan derajat kesehatan remaja di SMA negri 5 kota Bukittinggi tergolong sangat baik yang dibuktikan dengan mayoritas dari mereka mengkonsumsi

makanan yang dimasak oleh orang tua (membawa bekal dari rumah) yang terdiri dari karbohidrat, protein, dan sayuran serta buah.

Dari wawancara yang dilakukan setelah pemeriksaan kadar HB pada remaja putri muslim di SMA Negeri 5 Kota Bukittinggi menunjukkan bahwa mereka memahami tentang apa itu anemia, dampaknya dan cara pencegahannya. Sehingga dengan tingginya pengetahuan mereka tentang anemia mereka dapat berperilaku baik dalam konsumsi makanan sehari-hari. Berdasarkan hasil penelitian Simanungkalit (2019) Faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia remaja putri adalah pengetahuan (p value = 0,004), status gizi (p value = 0,034) dan pola konsumsi inhibitor Fe (p value = 0,009). Setelah dilakukan uji multivariat didapatkan pengetahuan anemia sebagai faktor dominan anemia remaja putri dengan OR 3,3.

Rendahnya angka anemia pada remaja muslim di SMA negeri 5 kota Bukittinggi juga dipengaruhi oleh adanya program dari pemerintah kota Bukittinggi yaitu pemberian tablet Fe kepada remaja. Remaja putri Muslim di SMA negeri 5 kota bukittinggi mengaku bahwa mereka rutin dalam mengkonsumsi tablet fe 1 butir setiap harinya. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Yuanti(2020) bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb remaja putri yang anemia meningkat 1,550 dengan p value = 0,001 artinya ada pengaruh yang signifikan pemberian tablet Fe terhadap kenaikan kadar Hb remaja putri yang mengalami anemia.

Meskipun mayoritas remaja putri muslim di SMA negeri 5 kota Bukittinggi sudah

bebas dari anemia, namun ada beberapa siswa yang memiliki kadar HB di bawah standar WHO. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kesadaran siswa dan tidak adanya dukungan dari orang tua dalam mengingatkan konsumsi tablet Fe, serta jika dilihat dari tinggi badan dan berat badan siswa yang memiliki HB rendah ini juga memiliki indeks masa tubuh yang tergolong kurus.

SIMPULAN

Dari penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa mayoritas remaja putri muslim di SMA Negeri 5 kota Bukittinggi dalam kategori tidak anemia.

SARAN

Diperlukan kerjasama lintas sektoral yang terkait untuk merancang *sustainability* kegiatan tahunan dalam rangka peningkatan derajat kesehatan remaja dan melibatkan orang tua siswa dalam kegiatan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

1. Haas JD & Brownlie T (2001) Iron deficiency and reduced work capacity: a critical review of the research to determine a causal relationship. *J Nutr* 131, 676S–690S. doi:10.1093/jn/131.2.676S
2. Halterman JS, Kaczorowski JM, Aligne CA, et al. (2001) Iron deficiency and cognitive achievement among school aged children and adolescents in the United States. *Pediatrics* 107, 1381–1386. doi:10.1542/peds.107.6.1381
3. Herwandar, F. R., & Soviyati, E. (2020). Perbandingan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Premenarche Dan Postmenarche Di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 11(1), 71-82.
4. Herwandar, F. R., & Soviyati, E. (2020). Perbandingan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Premenarche Dan Postmenarche Di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 11(1), 71-82.
5. Indriani, L., Zaddana, C., Nurdin, N. M., & Sitinjak, J. S. M. (2019). Pengaruh pemberian edukasi gizi dan kapsul serbuk daun kelor (*Moringa oleifera* L.) terhadap kenaikan kadar hemoglobin remaja putri di universitas pakuan. *MPI (Media Pharmaceutica Indonesiana)*, 2(4), 200-207.
6. Kotecha PV (2011) Nutritional anemia in young children with focus on Asia and India. *Indian J Community Med* 36, 8–16. doi:10.4103/0970-0218.80786.
7. Krämer M, Kumar S & Vollmer S (2021) Anemia, diet, and cognitive development: impact of health information on diet quality and child nutrition in rural India. *J Econ Behav Organ* 190, 495–523. doi:10.1016/j.jebo.2021.06.043
8. Simanungkalit, S. F., & Simarmata, O. S. (2019). Pengetahuan dan perilaku konsumsi remaja putri yang berhubungan dengan status anemia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 47(3), 175-182.
9. Soeroso, S. (2016). Masalah kesehatan remaja. *Sari Pediatri*, 3(3), 189-97.
10. Sulistiani, R. P., Fitriyanti, A. R., & Dewi, L. (2021). Pengaruh Edukasi Pencegahan Anemia Dengan Metode

- Kombinasi Ceramah Dan Team Game Tournament Pada Remaja Putri. *Sport and Nutrition Journal*, 3(1), 39-47.
11. World Health Organization (2015) The Global Prevalence of Anemia in 2011. Geneva: WHO.
 12. Youssef, M. A., Hassan, E. S., & Yasien, D. G. (2020). Effect of iron deficiency anemia on language development in preschool Egyptian children. *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology*, 135, 110114.
 13. Yuanti, Y., Damayanti, Y. F., & Krisdianti, M. (2020). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan (Journal Of Health And Midwifery)*, 9(2), 1-10.
 14. Zhang, Q., Lu, X. M., Zhang, M., Yang, C. Y., Lv, S. Y., Li, S. F., ... & Geng, S. S. (2021). Adverse effects of iron deficiency anemia on pregnancy outcome and offspring development and intervention of three iron supplements. *Scientific reports*, 11(1), 1-11.