

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA  
MAHASISWI KEBIDANAN DI AKADEMI KEBIDANAN  
AIFA HUSADA PAMEKASAN TAHUN 2018**

***RELATIONSHIP OF NUTRITIONAL STATUS WITH THE EVENT OF ANEMIA  
IN MIDWIFERY STUDENTS IN MIDWIFERY ACADEMY AIFA HUSADA  
PAMEKASAN 2018***

Nur Jayanti  
Akademi Kebidanan Aifa Husada  
Korespondensi : nurjayanti1305@gmail.com

**ABSTRAK**

**Pendahuluan** : Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar Hb (Hemoglobin) seseorang dibawah batas normal. Remaja putri merupakan kelompok yang beresiko menderita anemia. Prevalensi kejadian anemia di Indonesia pada tahun 2013 yakni pada usia 5 – 14 tahun sebesar 26,4% sedangkan usia  $\geq 15$  tahun sebesar 35,3% (Riskesdas, 2013).

**Tujuan** : Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswa kebidanan di AKBID Aifa Husada Pamekasan Tahun 2018.

**Metode**: Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasi, dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang digunakan diambil berdasarkan teknik *purposive sampling*, yaitu sebanyak 150 mahasiswi (semester 2, 4 dan 6). Alat ukur yang digunakan adalah alat ukur berat badan, alat pengukur Hb, alat ukur tinggi badan serta kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji *spearman rank*.

**Hasil**: Sebagian besar mahasiswa yang memiliki status gizi Underweighthy mengalami anemia ringan, yaitu sebanyak 29 orang (19,3%), mahasiswa yang memiliki status gizi normal tidak mengalami anemia sebanyak 86 orang (57,3%), sedangkan 25 orang (16,7%) yang memiliki status gizi overweighthy tidak mengalami anemia.

**Simpulan**: Terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswa kebidanan di AKBID Aifa Husada.

**Kata Kunci** : Anemia, Remaja, Status Gizi

**ABSTRACT**

**Background**: Anemia is a condition in which a person's Hb (Hemoglobin) level is under the normal limit. Young women are groups at risk of suffering from anemia. The prevalence of anemia incidence in Indonesia in 2013 is at 5 – 14 years old by 26.4% while age  $\geq 15$  years by 35.3% (Riskesdas, 2013).

**Purpose** : The purpose of this research is to know the relationship between the nutritional status and the incidence of anemia at obstetrics in AKBID Aifa Husada Pamekasan year 2018.

**Methods**: This research is an analytical research correlation, with cross sectional approach. The samples used were taken based on purposive sampling technique, which was 150 students (semester 2, 4 and 6). Measuring instruments used are weight measuring instruments, Hb measuring instruments, height measuring instruments and questionnaires. The technique of data collection is using the Spearman rank test.

**Result**: Most of the students who have nutritional status Underweighthy have mild anemia, which is as many as 29 people (19.3%), students who have a normal nutritional status of anemia as many as 86 people (57.3%), while 25 people (16.7%) That has overweighthy nutritional status is not subjected to anemia.

**Conclusion**: There is a meaningful relationship between the status of nutrition and the incidence of anemia in obstetrician students in AKBID Aifa Husada.

**Keywords**: Anemia, Adolescents, Nutritional Status

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi ketika darah tidak memiliki sel darah merah sehat yang cukup, dimana keadaan ini disebabkan oleh kurangnya sel darah merah yang tidak berfungsi di dalam tubuh. Hal ini menyebabkan aliran oksigen berkurang ke dalam organ tubuh terutama otak sehingga konsentrasi berfikir akan menurun.

Remaja putri merupakan kelompok yang berisiko mengalami anemia karena remaja berada pada masa pertumbuhan yang membutuhkan gizi lebih banyak. Selain itu remaja putri juga mengalami menstruasi setiap bulannya, hal ini yang menyebabkan remaja putri rentan mengalami anemia (Sediaoetama, 2010). Jika seorang remaja putri mengalami anemia maka harus ditangani secara khusus, karena jika anemia terjadi dalam jangka waktu yang lama sampai remaja menikah maka ketika hamil wanita ini akan berisiko mengalami kerusakan jantung, otak dan organ yang lain.

Berdasarkan data yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2015 lebih dari 2 milyar orang (35%) di dunia berstatus anemia. Indonesia sebagai salah satu Negara berkembang menempati anemia yang cukup tinggi. Di Afrika dan Asia, kejadian anemia diperkirakan sebagai penyumbang angka kematian, yakni lebih dari 115.000 kematian ibu dan 591.000 kematian perinatal secara global (Horton, 2003). Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya anemia, salah satunya yakni social, politik, ekologi dan biologi.

Upaya penanggulangan anemia yang dapat dilakukan di Indonesia ialah tiga strategi, yakni fortifikasi pangan, suplemen besi dan pendidikan gizi. Untuk program pemerintah pada remaja ialah melalui promosi dan kampanye melalui sekolah secara mandiri dengan pemberian suplemen zat besi dosis 1 tablet yang

dikonsumsi 1 minggu sekali minimal 16 minggu, dan ketika menstruasi dianjurkan mengkonsumsi 1 tablet setiap hari (KemenKes, RI, 2011).

Pertumbuhan yang terjadi pada masa remaja membutuhkan nutrisi yang tinggi agar proses tumbuh dapat maksimal. Pada masa remaja nutrisi sangat penting untuk mencegah terjadinya penyakit kronik. Penilaian status gizi remaja harus dilakukan baik secara klinis, perorangan, antropometri maupun secara psikososial (Irianto, 2014).

## METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan rencana penelitian analitik korelasi untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variabel (Sulistyaningsih, 2011). Untuk pendekatan yang digunakan yakni *cross sectional* yang merupakan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat yang bersamaan. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa AKBID Aifa Husada sebanyak 157 mahasiswa.

Sedangkan pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dan didapatkan jumlah responden sebanyak 150 mahasiswa. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret – Mei 2018. Pada penelitian ini menggunakan data primer dan instrument yang digunakan adalah timbangan badan pengukur tinggi badan dan pengukur Hb. Sedangkan analisa data yang digunakan adalah uji statistik parametric dan metode yang digunakan adalah *spearman rank*.

## HASIL dan PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Tabel 1. Data Responden Berdasarkan Kategori Status Gizi

No	Status Gizi	Frekuensi	%
1	Underweight	33	22
2	Normal	91	60,7
3	Overweight	26	17,3
Total		150	100

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar status gizi mahasiswi yakni normal 105 orang (70%) dan kategori underweight yakni 20 orang (13,3%).

Tabel 2. Data Responden Berdasarkan Kategori Kejadian Anemia

No	Kejadian Anemia	Frekuensi	%
1	Tidak Anemia	111	74
2	Anemia Ringan	32	21,3
3	Anemia Sedang	7	4,7
Total		150	100

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat 111 mahasiswi (74%) tidak mengalami anemia dan 7 mahasiswi (4,7) mengalami anemia sedang.

Tabel 3 Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswi Kebidanan AKBID Aifa Husada

No	Status Gizi	Kejadian Anemia						Total	Sig
		Tidak Anemia		Anemia Ringan		Anemia Sedang			
		N	%	N	%	N	%	N	%
1	Underweight	0	0	29	19,3	4	2,7	33	22
2	Normal	86	57,3	2	1,3	3	2	91	60,7
3	Overweight	25	16,7	1	0,7	0	0	26	17,3
Total		111	74	32	21,3	7	4,7	150	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan status gizi normal dan tidak mengalami anemia yakni sebanyak 86 mahasiswi (57,3%), sedangkan responden dengan status gizi overweight dan tidak anemia sebanyak 25 mahasiswi (16,7%), dan responden yang mengalami status gizi underweight dengan anemia ringan sebanyak 29 mahasiswi (19,3%). Berdasarkan hasil analisis statistic yang menggunakan uji *spearman rank* didapatkan hasil P value = 0,000 ( $\alpha=0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswi kebidanan AKBID Aifa Husada. Hasil analisis juga menunjukkan nilai Correlation Coefficient= 0,705, yang menunjukkan ada hubungan positif antara status gizi dengan kejadian anemia yakni semakin baik status gizi maka tidak mengalami anemia.

## B. Pembahasan

### 1. Status Gizi

Status gizi merupakan kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan

yang dikonsumsi dalam tubuh. Status gizi ini sendiri dibagi menjadi tiga kategori yakni underweight, normal dan overweight (Almatsier, 2005). Masa remaja adalah masa yang rentang bagi seorang anak dalam mengalami masalah dalam status gizi, karena remaja mengalami berbagai macam perubahan salah satunya adalah perubahan fisik, mental dan emosional. Keadaan tersebut akan mempengaruhi kebutuhan remaja salah satunya adalah kebutuhan asupan gizi. Kandungan gizi yang terdapat dalam makanan yang dikonsumsi akan mempengaruhi metabolisme dalam tubuh yang akan mempengaruhi pertumbuhan fisik maupun metabolisme hormone.

Dengan meningkatnya kebutuhan remaja, bertolak belakang dengan karakteristik remaja yang semakin memilih – milih makanan yang akan dikonsumsi. Saat ini remaja lebih senang makan jajanan dari pada makanan yang telah disiapkan orang tuanya. Remaja mengkonsumsi makanan tanpa memperhatikan kandungan gizi yang

terdapat pada makanan tersebut. Makanan siap saji mengandung banyak lemak dan juga kalori. Hal ini akan mengakibatkan gangguan gizi pada remaja.

Penelitian Laus et al tahun 2009 di Brazil menyatakan bahwa terdapat hubungan antara body image dengan status gizi ( $p < 0,01$ ,  $r = 0,37$ ). Kebiasaan mengkonsumsi makan sehari - hari sangat berpengaruh terhadap pencapaian tubuh yang ideal, misalnya dengan pembatasan asupan makanan agar berat badan tidak berlebih. Banyak remaja yang merasa tidak puas dengan penampilan dirinya sendiri, apalagi yang menyangkut tentang body image atau persepsi terhadap tubuhnya, khususnya remaja putri dimana bentuk tubuh tinggi dan kurus merupakan hal yang diinginkan oleh remaja putri. Hal ini terkadang membawa pengaruh buruk, banyak remaja yang menerapkan pola makan tidak sehat demi mendapat tubuh ideal. Pola makan yang salah bisa meningkatkan risiko status gizi Buruk.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fhany (2017) diperoleh ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja di SMA PGRI Pekanbaru, dengan OR 4,2 dan P value 0,002.

## 2. Kejadian Anemia

Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar Hb berada di bawah batas normal. batas kadar Hb pada remaja adalah 12 g/dl. Pada hasil penelitian tidak menunjukkan angka yang begitu signifikan, namun dapat diketahui bahwa lebih dari setengah responden yang merupakan remaja mengalami anemia. Pada penelitian ini didapatkan hasil rata – rata 73% Hb mahasiswi adalah 11,9 g/dl. Dimana hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kaur et al tahun 2006 terhadap remaja putri India, yaitu didapatkan rata-rata kadar Hb adalah 11,35 g/dl dengan prevalensi anemia sebesar 59,8%.

Menurut Manuaba (2012) dampak anemia yang akan terjadi pada remaja dalam jangka pendek adalah menurunkan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan dan perkembangan, menurunkan kemampuan fisik dan aktivitas kerja, dan memberikan dampak negatif bagi sistem saluran pencernaan, susunan saraf pusat, kardiovaskular, dan imunitas. Dampak anemia jangka panjang pada remaja putri adalah apabila remaja putri nantinya hamil, maka ia beresiko melahirkan bayi BBLR, prematur, dan pendarahan sebelum dan saat melahirkan. Dampak anemia jangka panjang lainnya yaitu beresiko abortus dan cacat bawaan.

Penelitian lain yang mendukung adalah penelitian Ramzi et al tahun 2011 terhadap remaja putri di Kavar, Iran dimana ditemukan hubungan yang signifikan antara IMT dan kadar Hb.17 Penelitian lain yang juga mendukung adalah penelitian oleh Eckhardt et al tahun 2008 yang dilakukan di tiga Negara, yaitu Mesir, Peru dan Meksiko. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa prevalensi anemia cenderung berkurang dengan peningkatan IMT di Mesir dan Peru sedangkan hasil penelitian di Meksiko berbeda dimana tidak terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dan anemia

Pada keadaan gizi buruk/kurang, asupan nutrisi berkurang, tubuh secara perlahan akan melakukan proses adaptasi. Secara berangsur–angsur terjadi wasting dari jaringan tubuh, metabolisme melambat, kebutuhan energi dan oksigen akan berkurang sehingga sel darah merah yang dibutuhkan untuk mengangkut oksigen tersebut juga akan berkurang. Jadi, pengurangan massa sel darah merah adalah konsekuensi normal dari pengurangan massa tubuh. Selain itu, pada saat asupan nutrisi berkurang terjadi pembatasan beberapa mikronutrien yang dibutuhkan dalam pembentukan sel darah merah.

### 3. Hubungan antara Status Gizi dengan Kejadian Anemia

Berdasarkan hasil penelitian yang tertuang dalam tabel 3 dapat diketahui bahwa mayoritas responden dengan status gizi normal tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 86 orang (57,3%). Hal ini menunjukkan bahwa status gizi normal merupakan faktor yang menunjang seseorang untuk tidak mengalami anemia. Namun dari responden yang memiliki status gizi normal masih terdapat 2 orang (1,3 %) yang mengalami Anemia ringan. hal ini mungkin dikarenakan asupan nutrisi yang berbeda-beda pada setiap responden, bisa jadi responden memiliki status gizi normal berdasarkan pengukuran IMT, namun zat gizi terutama zat besi tidak tercukupi dengan baik. Menurut Sitiningsih dalam Rumpiati (2010), bahwa status gizi atau nutrisi yang baik pada masa remaja memungkinkan kesehatan yang baik, pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, gizi yang cukup dan baik juga membentuk kecerdasan otak, jiwa dan kehidupan sosial. Status gizi pada remaja dapat ditingkatkan dengan mengkonsumsi makanan yang memenuhi zat gizi.

Dari hasil penelitian didapatkan data responden dengan status gizi *underweight* mayoritas mengalami anemia ringan, yaitu sebanyak 29 orang (19,3%). Hal ini menunjukkan bahwa status gizi kurang menjadi salah satu faktor yang menyebabkan remaja mengalami anemia. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Sunita (2010), bahwa status gizi kurang berarti bahwa zat – zat gizi penting salah satunya adalah zat besi tidak dapat dipenuhi dengan baik. Namun bukan tidak mungkin ada orang dengan status gizi kurang berdasarkan IMT, memiliki kadar HB yang normal atau tidak anemia. Hal ini dikarenakan penentuan status gizi menggunakan IMT bergantung pada BB dan TB, sementara asupan nutrisi yang sesungguhnya tidak dapat dipastikan.

Menurut Thompson (2010) status gizi mempunyai korelasi positif dengan konsentrasi hemoglobin, artinya semakin buruk status gizi seseorang khususnya remaja putri, dimana remaja mengalami menstruasi setiap bulannya maka semakin rendah kadar hemoglobinnya dan begitu juga sebaliknya. Hasil penelitian ini menunjukkan arah hubungan yang positif antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai Correlation Coefficient sebesar 0,705, yang berarti bahwa semakin baik status gizi remaja maka semakin tidak mengalami anemia

### SIMPULAN dan SARAN

#### 1. Kesimpulan

Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswa kebidanan di AKBID Aifa Husada Pamekasan Tahun 2018.

#### 2. Saran

Hasil penelitian ini diharapkan mahasiswa kebidanan AKBID Aifa husada dan remaja lain dapat menjaga kondisi kesehatannya dengan mempertahankan pola makan dan asupan gizi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. (2005). Prinsip Dasar Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Balarajan Y, Ramakrishan U, Ozaltin E, Shankar AH, Subramanian SV. Anemia in Low-income and middle-income countries. *Lancet*. 2011; 1-13. DOI:10. 1016/S0140736 (10) 62304-5.
- Eckhardt CL, Torheim LE, Monterrubio S Barquera MT Ruel. The overlap of overweight and anemia among women in three countries undergoing the nutrition transition. *European Journal of Clinical Nutrition*. 2008.62: 238-46.

- Fhany El Shara, Irza Wahid, Rima Semiarti. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 2 Sawahluto Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2017; 6 (1) 202-2017.
- Horton S, Ross J. The economics of iron deficiency. *Food Policy* 2003; 28: 51 – 57.
- Irianto. K. (2014). *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi*. Bandung Alfabeta.
- Masthalina, Herta. Laraeni, Yuli. Dahlia, Yuliana.. Pola Konsumsi (Faktor Inhibitor dan Enhancer Fe) terhadap Status Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2015. 11 (1) 80-86.
- Miah Md Shamim, Rahmad M Nannur, Prodhan UK, Linkon MR, Madumita, Rahman Md Sidur. 2014. Prevalence of Iron Deficiency Anemia Among Adolescent Girls and Its Risk Factors in Tangail Region of Bangladesh. *Internasional Journal of Research in Engineering and Technology*. 03 (6) page:613-619
- Kaur S. Deshmukh PR, Garg BS. Epidemiological correlates of nutritional anemia in adolescent girls of Rural Wardha. *Indian Journal of Community Medicine*. 2006;31 (4):255-8.
- Rumpiati, Ella, F dan Mustafidah, H, (2010). Hubungan Antara Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Remaja Puteri. Di peroleh pada tanggal 21 April 2017 di <http://jurnalmediagizipangan.files.wordpress.com>
- Sediaotema, A.D. (2010). *Ilmu Gizi I*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Sunita, A.(2010). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Gramedia Pustaka, Jakarta.