

ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 8 KOTA BANDA ACEH

Analysis Of Factors Associated With Anemia In Adolescent Girls At SMP Negeri 8 Banda Aceh City

Faradilla Safitri¹, Asmaul Husna², Ismail³, Ayu Dasmita⁴, Rani Suraiya⁵

¹Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

²Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

³Program Studi Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Aceh, Indonesia

⁴Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

⁵Program Studi D-III Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

email : faradilla@uui.ac.id, asmaulhusna@uui.ac.id, ismail@poltekkesaceh.ac.id

*Corresponding Author : faradilla@uui.ac.id

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh remaja putri, terutama di masa pertumbuhan yang membutuhkan asupan zat besi yang tinggi. Data Dinas Kesehatan Banda Aceh anak sekolah Tingkat SMP di Kota Banda Aceh menyatakan, prevalensi anemia tertinggi pada remaja putri tingkat SMP berada di wilayah kerja Puskesmas Kopelma Darussalam dengan 115 (35,17%) kasus dari 327 orang remaja putri yang diskринing. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis faktor pengetahuan, sikap, siklus menstruasi, perilaku makan, dan faktor lingkungan dengan kejadian anemia pada remaja. Penelitian bersifat analitik dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini merupakan siswi kelas VIII sebanyak 112 orang, sampel diambil sebanyak 30 responden yang diambil secara *sistematis random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Penelitian telah bulan Mei 2025. Pengolahan data dengan langkah *editing, coding, data entry, tabulating*, dan analisis data menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian diperoleh variabel pengetahuan ($p\text{-value}=0.034$, OR=8.000), sikap ($p\text{-value}=0.035$, OR=2.082), siklus menstruasi ($p\text{-value}=0.589$, OR=0.111), perilaku makan ($p\text{-value}=0.028$, OR=10/200), faktor lingkungan ($p\text{-value}=0.345$, OR=0.700). Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan antara pengetahuan, sikap, perilaku makan dengan anemia pada remaja, sedangkan siklus menstruasi dan faktor lingkungan tidak berhubungan dengan anemia remaja. Saran perlunya edukasi kesehatan yang berkelanjutan di sekolah dengan melibatkan guru, orang tua, dan petugas kesehatan. Program edukasi tersebut sebaiknya difokuskan pada peningkatan kesadaran gizi, pentingnya asupan zat besi, serta pembentukan kebiasaan makan sehat di kalangan remaja.

Kata Kunci : Anemia remaja, pengetahuan, sikap, perilaku makan

Abstract

Anemia is one of the health problems experienced by many adolescent girls, especially during the growth period which requires high iron intake. Data from the Banda Aceh Health Office, junior high school students in Banda Aceh City stated that the highest prevalence of anemia in junior high school girls was in the Kopelma Darussalam Health Center working area with 115 (35.17%) cases out of 327 young women who were screened. The purpose of this study was to analyze the factors of knowledge, attitude, menstrual cycle, eating behavior, and environmental factors with the incidence of anemia in adolescents. The research was analytic with a *crosssectional* approach. The population in this study were class VIII students as many as 112 people, a sample of 30 respondents was taken by systematic random sampling. The research instrument used a questionnaire. The research was conducted in May 2025. Data processing with *editing, coding, data entry, tabulating*, and data analysis using *chi square* test. The results obtained variable knowledge ($p\text{-value}=0.034$, OR=8.000), attitude ($p\text{-value}=0.035$, OR=2.082), menstrual cycle ($p\text{-value}=0.589$, OR=0.111), eating behavior ($p\text{-value}=0.028$, OR=10/200), environmental factors ($p\text{-value}=0.345$, OR=0.700). The conclusion of this study is that there is a

relationship between knowledge, attitude, eating behavior with anemia in adolescents, while the menstrual cycle and environmental factors are not associated with adolescent anemia. Suggestions for the need for continuous health education in schools by involving teachers, parents, and health workers. The education program should focus on increasing nutritional awareness, the importance of iron intake, and the formation of healthy eating habits among adolescents.

Keywords: Adolescent anemia, knowledge, attitude, eating behavior

PENDAHULUAN

Anemia didefinisikan sebagai keadaan di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal untuk berbagai kelompok usia dan jenis kelamin. Anemia disebabkan oleh gangguan pembentukan 12 eritrosit oleh sumsum tulang belakang, kehilangan darah (perdarahan), dan proses penghancuran eritrosit dalam tubuh (1).

Resiko anemia bervariasi sepanjang hidup, tetapi ada beberapa periode rentan yang lebih besar dalam kehidupan. Variasi tersebut karena perubahan cadangan zat besi, tingkat konsumsi zat besi, kebutuhan atau karena kehilangan zat besi. Anak balita, remaja dan ibu hamil merupakan kelompok rentan anemia (2). Remaja putri rentan untuk mengalami anemia karena kebutuhan akan nutrisi terkait dengan percepatan pertumbuhan, kehilangan darah menstruasi, malnutrisi dan asupan zat besi yang buruk (3).

Menurut statistik kesehatan dunia 2021, prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di seluruh dunia berkisar sebesar 29,9%, sementara prevalensi anemia pada wanita tidak hamil usia 15 hingga 49 tahun berkisar sebesar 29,6%. Kategori ini termasuk remaja. Sekitar 1/3 orang di seluruh dunia menderita anemia. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Aceh, prevalensi anemia pada remaja di Aceh menjadi perhatian serius. Menurut Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada anak usia 5-14 tahun di Aceh mencapai 26%. Dari data Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh anak sekolah Tingkat SMP di Kota Banda Aceh menyatakan, prevalensi Anemia tertinggi pada remaja putri tingkat SMP berada di wilayah kerja Puskesmas Kopelma Darussalam dengan 115 (35,17%) kasus dari 327 orang remaja putri yang diskriminasi.

Faktor penyebab anemia meliputi kekurangan zat gizi (Vitamin A, Vitamin B12, folat dan zat besi), peradangan kronis, infeksi parasit dan kondisi bawaan. Faktor lain anemia dipengaruhi oleh pertumbuhan fisik, proses fisiologis (misalnya kehamilan, menstruasi, menyusui), jenis kelamin, usia dan ras, perdarahan dan hemolitik (4-7).

Faktor yang mempengaruhi anemia remaja putri lebih tinggi pada fase remaja akhir, mereka yang tinggal dipedesaan, pendidikan orang tua, tingkat sosial ekonomi rendah, jumlah anggota keluarga, gangguan menstruasi serta asupan rendah akan zat gizi (mikronutrien). Untuk itu peningkatan edukasi kesehatan berbasis pendidikan di sekolah efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku dalam mencegah anemia yang dapat berkontribusi nyata dalam mengatasi prioritas masalah kesehatan masyarakat di Indonesia (8).

Risiko meningkatnya masalah anemia pada remaja putri perlu dicegah dengan melakukan penyuluhan mengenai anemia, hal ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri akan bahaya dari anemia serta dampak yang akan dialami pada remaja, meningkatkan konsumsi makanan bergizi, menambah pemasukan zat besi kedalam tubuh dan mengobati penyakit yang menyebabkan atau memperberat anemia, hal ini yang akan berpengaruh pada kualitas generasi bangsa di masa yang akan datang dan sebagai mencegah terjadinya stunting (9,10).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan jenis penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VIII yang berada di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh sebanyak 112 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden yang diambil secara *sistematika random sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner dengan cara membagikan kuesioner. Pengumpulan data penelitian ini telah dilaksanakan bulan Mei 2025 di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh. Pengolahan data menggunakan komputer melalui proses *editing, coding, transferring dan tabulating*. Analisis data dengan menggunakan *uji chi square test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Anemia, Pengetahuan, Sikap, Siklus Menstruasi, Perilaku Makan dan Faktor Lingkungan pada Remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Anemia Remaja		
	a. Ya	8	26.7
	b. Tidak	22	73.3
	Total	30	100.0
2	Pengetahuan		
	a. Rendah	12	40.0
	b. Tinggi	18	60.0
	Total	30	100.0
3	Sikap		
	a. Negatif	15	50.0
	b. Positif	15	50.0
	Total	30	100.0
4	Siklus Menstruasi		
	a. Tidak Normal	5	16.7
	b. Normal	25	83.3
	Total	30	100.0
5	Perilaku Makan		
	a. Kurang Baik	11	36.7
	b. Baik	19	63.3
	Total	30	100.0
6	Faktor Lingkungan		
	a. Kurang Baik	7	23.3
	b. Baik	23	76.7
	Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa dari 30 remaja, sebanyak 22 (73.3%) tidak mengalami anemia, 18 (60.0%) berpengetahuan tinggi tentang anemia, 15 (50.0%) memiliki sikap positif, 25 (83.3%) siklus menstruasi normal, 19 (63.3%) perilaku makan yang baik, dan 23 (76.7%) dengan faktor lingkungan yang baik.

Tabel 2

Hubungan Pengetahuan dengan Anemia Pada Remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh

No	Pengetahuan	Anemia Remaja				Total		P Value	OR
		Ya		Tidak		f	%		
		f	%	f	%	f	%		
1	Rendah	6	50.0	6	50.0	12	100.0	0.034	8.000
2	Tinggi	2	11.1	16	88.9	18	100.0		

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 12 remaja, yang berpengetahuan rendah sebanyak 6 (50.0%) mengalami anemia dan sama halnya dengan yang berpengetahuan tinggi dan tidak mengalami

anemia, sedangkan dari 18 remaja yang berpengetahuan tinggi sebanyak 16 (88.9%) tidak mengalami anemia.

Hasil uji statistik menggunakan *chi square test* diperoleh nilai $p = 0.034$, artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan anemia pada remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh, dan diperoleh nilai $OR = 8.000$, yang artinya pengetahuan rendah memiliki risiko 8 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan yang berpengetahuan tinggi.

Tabel 3
 Hubungan Sikap dengan Anemia Pada Remaja di SMP Negeri 8
 Kota Banda Aceh

No	Sikap	Anemia Remaja				Total		P Value	OR
		Ya		Tidak					
		f	%	f	%	f	%		
1	Negatif	1	6.7	14	93.3	15	100.0	0.035	2.082
2	Positif	7	46.7	8	53.3	15	100.0		

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 15 remaja, yang bersikap negatif sebanyak 14 (93.3%) tidak mengalami anemia, sedangkan dari 15 remaja yang bersikap positif sebanyak 8 (53.3%) tidak mengalami anemia.

Hasil uji statistik menggunakan *chi square test* diperoleh nilai $p = 0.035$, artinya ada hubungan antara sikap dengan anemia pada remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh, dan diperoleh nilai $OR = 2.082$, yang artinya sikap negatif memiliki risiko 2 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan yang remaja dengan sikap positif.

Tabel 4
 Hubungan Siklus Menstruasi dengan Anemia Pada Remaja di SMP Negeri 8
 Kota Banda Aceh

No	Siklus Menstruasi	Anemia Remaja				Total		P Value	OR
		Ya		Tidak					
		f	%	f	%	f	%		
1	Tidak Normal	2	40.0	3	60.0	5	100.0	0.589	0.111
2	Normal	6	24.0	19	76.0	25	100.0		

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 5 remaja, yang mengalami siklus menstruasi tidak normal sebanyak 3 (60.0%) tidak mengalami anemia, sedangkan dari 25 remaja yang dengan siklus menstruasi normal sebanyak 19 (76.0%) tidak mengalami anemia.

Hasil uji statistik menggunakan *chi square test* diperoleh nilai $p = 0.589$, artinya tidak ada hubungan antara siklus menstruasi dengan anemia pada remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh, dan diperoleh nilai $OR = 0.111$, yang artinya Remaja dengan siklus menstruasi normal memiliki risiko anemia yang jauh lebih rendah dibandingkan remaja dengan siklus menstruasi yang tidak normal.

Tabel 5
 Hubungan Perilaku Makan dengan Anemia Pada Remaja di SMP Negeri 8
 Kota Banda Aceh

No	Perilaku Makan	Anemia Remaja				Total		P Value	OR
		Ya		Tidak					
		f	%	f	%	f	%		
1	Kurang Baik	6	54.5	5	45.5	11	100.0	0.028	10.200
2	Baik	2	10.5	17	89.5	19	100.0		

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa dari 11 remaja, yang berilaku makan kurang baik sebanyak 6 (54.5%) mengalami anemia, sedangkan dari 19 remaja yang perilaku makannya baik sebanyak 17 (89.5%) tidak mengalami anemia.

Hasil uji statistik menggunakan *chi square test* diperoleh nilai $p = 0.028$, artinya ada hubungan antara perilaku makan dengan anemia pada remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh, dan diperoleh nilai $OR = 10.200$, yang artinya perilaku makan yang kurang baik memiliki risiko 10 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan yang remaja dengan perilaku makan yang baik.

Tabel 6
 Hubungan Faktor Lingkungan dengan Anemia Pada Remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh

No	Faktor Lingkungan	Anemia Remaja				Total		P Value	OR
		Ya		Tidak		f	%		
		f	%	f	%				
1	Kurang Baik	3	42.9	4	57.1	7	100.0	0.345	0.700
2	Baik	5	21.7	18	78.3	23	100.0		

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa dari 7 remaja, dengan faktor lingkungan yang kurang baik sebanyak 4 (57.1%) tidak mengalami anemia, sedangkan dari 23 remaja yang dengan faktor dengan lingkungan baik sebanyak 18 (78.3%) tidak mengalami anemia.

Hasil uji statistik menggunakan *chi square test* diperoleh nilai $p = 0.345$, artinya tidak ada hubungan antara siklus menstruasi dengan anemia pada remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh, dan diperoleh nilai $OR = 0.700$, yang artinya remaja dengan lingkungan baik memiliki risiko anemia yang jauh lebih rendah dibandingkan remaja dengan faktor lingkungan yang kurang baik.

Pembahasan

1. Hubungan pengetahuan dengan anemia pada remaja putri

Hasil analisis menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan tinggi lebih jarang mengalami anemia dibandingkan dengan yang berpengetahuan rendah. Uji chi-square menghasilkan nilai $p = 0.034$, yang menandakan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan kejadian anemia. Nilai $OR = 8.000$ menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan rendah memiliki risiko 8 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan dengan yang memiliki pengetahuan tinggi.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Ahmed dan Mohamme pada anak remaja putri sekolah di Godey dan Dagehabur Somalia, dengan hasil bahwa tingkat Pengetahuan rematri tentang anemia ($AOR=1.62$, $CI\ 95\% (1.01- 2.59)$) secara significant berhubungan dengan anemia (11).

Peneliti menduga bahwa pengetahuan yang baik membuat remaja lebih sadar terhadap pentingnya pola makan sehat, terutama konsumsi makanan yang kaya zat besi, serta lebih peka terhadap gejala awal anemia dan lebih mungkin untuk mencari penanganan sejak dini. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan bisa menyebabkan remaja tidak menyadari pentingnya gizi seimbang atau mengabaikan tanda-tanda awal anemia. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan remaja, baik melalui edukasi formal di sekolah maupun melalui kampanye kesehatan, bisa menjadi strategi efektif dalam menurunkan angka kejadian anemia. Temuan ini juga mengindikasikan bahwa intervensi berbasis pendidikan kesehatan dapat memberikan dampak nyata terhadap kondisi kesehatan remaja, khususnya dalam mencegah anemia. Namun, untuk memperkuat asumsi ini, diperlukan penelitian lanjutan dengan cakupan yang lebih luas dan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mungkin turut berperan.

2. Hubungan sikap dengan anemia pada remaja putri

Hasil analisis menunjukkan bahwa remaja dengan sikap positif terhadap anemia lebih sedikit yang mengalami anemia dibandingkan dengan yang bersikap negatif. Uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0.035$, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara sikap dan kejadian anemia. Nilai $OR = 2.082$ menunjukkan bahwa remaja dengan sikap negatif memiliki risiko sekitar 2 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan dengan yang memiliki sikap positif.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Normalia., Rusmilawaty., Kristiana, dan Tunggal, dengan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kusan Hilir tahun 2024, dengan nilai $p = 0.000$ (12).

Peneliti mengasumsikan bahwa remaja dengan sikap positif terhadap anemia cenderung lebih memperhatikan asupan gizi, menjaga pola makan, dan lebih peka terhadap kondisi tubuhnya sendiri. Mereka juga mungkin lebih terbuka terhadap informasi kesehatan dan lebih termotivasi untuk menerapkan perilaku pencegahan, seperti mengonsumsi makanan bergizi atau mengikuti pemeriksaan kesehatan secara rutin. Sebaliknya, remaja dengan sikap negatif mungkin cenderung mengabaikan pentingnya pencegahan atau tidak merasa perlu untuk menjaga pola makan dan kesehatan secara umum. Dengan melihat hasil ini, membentuk sikap positif pada remaja terhadap anemia melalui edukasi dan pendekatan yang sesuai usia dapat menjadi strategi penting dalam menurunkan angka kejadian anemia. Asumsi ini menunjukkan bahwa perubahan sikap bisa menjadi langkah awal yang efektif dalam mendorong perubahan perilaku yang mendukung kesehatan. Namun, tentu diperlukan penelitian lanjutan untuk melihat bagaimana perubahan sikap tersebut bisa benar-benar berdampak dalam jangka panjang.

3. Hubungan siklus menstruasi dengan anemia pada remaja putri

Berdasarkan hasil analisis, sebagian besar remaja dengan siklus menstruasi normal tidak mengalami anemia. Namun, hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0.589$, yang berarti tidak terdapat hubungan signifikan antara siklus menstruasi dan kejadian anemia. Meskipun demikian, nilai $OR = 0.111$ menunjukkan bahwa remaja dengan siklus menstruasi normal cenderung memiliki risiko anemia yang lebih rendah dibandingkan dengan yang siklusnya tidak normal.

Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Verma dan Baniya, dengan hasil bahwa anemia lebih sering terjadi pada anak perempuan yang memiliki siklus menstruasi kurang dari 21 hari ($AOR = 5.37$, 95% CI: 2.38-9.63, P value = 0.013), dan siklus menstruasi 21 sampai 25 hari ($AOR = 3.81$, 95% CI: 1.27-5.94, P value = 0.027) di daerah terpencil di Rajasthan bagian Barat.

Berdasarkan hasil analisis data, sebagian besar remaja dengan siklus menstruasi normal tidak mengalami anemia. Hal ini memberi gambaran awal bahwa siklus menstruasi yang teratur mungkin berhubungan dengan kondisi fisiologis tubuh yang lebih stabil, termasuk dalam hal keseimbangan zat besi dan produksi darah. Meskipun hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa hubungan antara siklus menstruasi dan anemia tidak signifikan secara statistik ($p = 0.589$), peneliti mengasumsikan bahwa ketidaksignifikanan ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor, seperti ukuran sampel yang terbatas, variasi individu yang tinggi, atau adanya variabel perancu yang belum dikontrol secara optimal. Nilai Odds Ratio (OR) sebesar 0,111 menunjukkan adanya kecenderungan yang cukup kuat bahwa remaja dengan siklus menstruasi normal memiliki risiko anemia yang jauh lebih rendah dibandingkan mereka yang siklusnya tidak teratur. Ini mengindikasikan bahwa secara praktis, atau dalam konteks dunia nyata, siklus menstruasi yang teratur bisa menjadi salah satu indikator kesehatan reproduksi sekaligus indikator awal untuk memprediksi kemungkinan anemia. Peneliti juga mengasumsikan bahwa remaja dengan siklus menstruasi tidak teratur mungkin memiliki gangguan hormonal atau pola asupan gizi yang kurang seimbang, yang secara tidak langsung bisa meningkatkan risiko anemia. Selain itu, faktor-faktor seperti stres, aktivitas fisik berlebihan, atau kondisi medis tertentu juga dapat memengaruhi siklus menstruasi maupun kadar hemoglobin, sehingga perlu diperhitungkan dalam penelitian lebih lanjut.

Dengan demikian, meskipun tidak ditemukan hubungan yang signifikan secara statistik, peneliti berasumsi bahwa ada potensi keterkaitan biologis atau klinis antara keteraturan siklus menstruasi dan risiko anemia. Asumsi ini bisa menjadi dasar untuk penelitian lanjutan dengan pendekatan yang lebih komprehensif, misalnya dengan mempertimbangkan faktor nutrisi, status gizi, pola hidup, dan keseimbangan hormon.

4. Hubungan perilaku makan dengan anemia pada remaja putri

Hasil analisis menunjukkan bahwa remaja dengan perilaku makan yang kurang baik lebih banyak mengalami anemia dibandingkan dengan yang memiliki perilaku makan baik. Uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0.028$, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara perilaku makan dan kejadian anemia. Nilai $OR = 10.200$ mengindikasikan bahwa remaja dengan perilaku makan kurang baik

memiliki risiko sekitar 10 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan dengan mereka yang perilaku makannya baik.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Agustin., Andini., dan Arianti dengan hasil penelitian ada hubungan pola makan dengan status anemia pada remaja putri tahun 2022 dengan uji chi-square nilai $P = 0,033$ lebih kecil dari ($p \leq \text{nilai } \alpha 0,05$) dengan OR 8,100 artinya ada hubungan pola makan dengan status anemia pada remaja putri kelas XII di SMAN 1 Kedungwaringin kabupaten Bekasi (13).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Dyatmika, dengan hasil bahwa hasil uji korelasi Spearman menunjukkan nilai p sebesar 0.221, artinya bahwa tidak ada hubungan antara perilaku makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPIT Al-Uswah Tuban tahun 2022 (14).

Peneliti berasumsi bahwa perilaku makan memiliki peran penting dalam terjadinya anemia pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan perilaku makan yang kurang baik cenderung lebih sering mengalami anemia dibandingkan dengan mereka yang memiliki kebiasaan makan yang baik. Dengan nilai p sebesar 0,028, terlihat bahwa hubungan ini signifikan secara statistik, dan nilai OR sebesar 10,2 menunjukkan bahwa risikonya sangat tinggi.

Berdasarkan temuan ini, peneliti mengasumsikan bahwa kebiasaan makan yang buruk—seperti kurangnya konsumsi makanan bergizi, tidak teratur makan, atau sering melewatkan sarapan—dapat menjadi salah satu faktor utama penyebab anemia pada remaja. Peneliti juga berasumsi bahwa pola makan ini mungkin dipengaruhi oleh faktor lain, seperti kurangnya pengetahuan gizi, pengaruh teman sebaya, atau akses terhadap makanan sehat. Oleh karena itu, peneliti menyadari bahwa memperbaiki perilaku makan melalui edukasi gizi dan dukungan dari keluarga maupun sekolah sangat penting untuk menurunkan risiko anemia di kalangan remaja.

5. Hubungan faktor lingkungan dengan anemia pada remaja putri

Berdasarkan hasil analisis, mayoritas remaja dengan lingkungan baik tidak mengalami anemia. Namun, uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0.345$, yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor lingkungan dan kejadian anemia pada remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh. Meskipun demikian, nilai OR = 0.700 menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di lingkungan yang baik cenderung memiliki risiko anemia yang lebih rendah dibandingkan dengan yang lingkungannya kurang baik.

Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Astuti tentang Literature Review: FaktorFaktor Penyebab Anemia pada Remaja Putri, dengan hasil bahwa faktor yang secara konsisten berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri antara lain tingkat pengetahuan remaja putri terkait anemia, asupan zat besi, status gizi serta lamanya menstruasi, IMT, kategori tempat tinggal (pedesaan/perkotaan), kebiasaan diet serta adanya infeksi (15).

Peneliti berasumsi bahwa anemia pada remaja tidak hanya dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal, tetapi juga oleh faktor lain seperti pola makan, kondisi ekonomi keluarga, dan perhatian orang tua terhadap kesehatan anak. Lingkungan yang dikategorikan sebagai “baik” pun mungkin tidak sepenuhnya mencerminkan kondisi ideal, karena masih bisa terdapat aspek-aspek yang kurang mendukung kesehatan, seperti sanitasi atau kebersihan. Meskipun hasil analisis statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara lingkungan dan anemia, nilai OR yang lebih kecil dari 1 menunjukkan bahwa remaja di lingkungan baik cenderung memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami anemia. Peneliti menduga bahwa lingkungan yang baik tetap memberikan pengaruh positif, hanya saja belum cukup kuat terlihat dalam data kali ini—kemungkinan karena jumlah sampel yang terbatas. Karena itu, penelitian lanjutan dengan cakupan lebih luas dan variabel tambahan sangat diperlukan untuk memperoleh hasil yang lebih menyeluruh.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan ($p \text{ value} = 0.034$, OR = 8.000), sikap ($p \text{ value} = 0.035$, OR = 2.082) dan perilaku makan ($p \text{ value} = 0.028$, OR = 10.200) pada remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh. sedangkan siklus menstruasi ($p \text{ value} = 0.589$, OR = 0.111) dan faktor lingkungan ($p \text{ value} = 0.345$, OR = 0.700) pada remaja di SMP Negeri 8 Kota Banda Aceh.

SARAN

Disarankan kepada pihak sekolah untuk lebih aktif dalam menyelenggarakan program edukasi kesehatan. Program ini sebaiknya difokuskan pada peningkatan pengetahuan siswa mengenai anemia, pentingnya gizi seimbang, serta penerapan pola makan sehat sehari-hari. Edukasi ini dapat dilakukan melalui kegiatan rutin seperti penyuluhan kesehatan oleh petugas puskesmas, integrasi materi gizi dalam pelajaran, atau kampanye kesehatan di lingkungan sekolah. Selain itu, mengingat sikap dan perilaku makan juga berperan penting, guru dan orang tua diharapkan dapat menjadi teladan serta memberikan dorongan positif dalam membentuk kebiasaan makan yang baik di kalangan remaja. Kerjasama antara sekolah dan keluarga perlu diperkuat untuk menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat bagi para siswa. Sementara itu, meskipun dalam penelitian ini tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi maupun faktor lingkungan dengan kejadian anemia, bukan berarti kedua aspek tersebut diabaikan. Diperlukan pemantauan kesehatan reproduksi secara berkala serta pengawasan terhadap lingkungan sekolah, terutama terkait ketersediaan makanan bergizi dan kebersihan kantin sekolah, guna menciptakan kondisi yang lebih optimal dalam pencegahan anemia secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

1. Izzara. Tampilan Penyebab, Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri (Studi Literatur).pdf. J Multidisiplin West Sci. 2023;02(12).
2. Chasanah SU, Basuki PP, Dewi IM. Anemia Penyebab, Strategi Pencegahan dan Penanggulangannya bagi Remaja. Angew Chemie Int Ed 6(11), 951–952. 2019;2.
3. Habib N, Abbasi SURS, Aziz W. An Analysis of Societal Determinant of Anemia among Adolescent Girls in Azad Jammu and Kashmir, Pakistan. Anemia [Internet]. 2020 Jan 22;2020:1–9. Available from: <https://www.hindawi.com/journals/anemia/2020/1628357/>
4. Abu-Baker NN, Eyadat AM, Khamaiseh AM. The impact of nutrition education on knowledge, attitude, and practice regarding iron deficiency anemia among female adolescent students in Jordan. Heliyon [Internet]. 2021 Feb;7(2):e06348. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S2405844021004539>
5. Jeyakumar A, Chawadi S, Madhu P, Ghugre P. Sustainability of integrated anaemia prevention activities implemented through non-government organizations and schools, and its effect on haemoglobin status of adolescent girls in urban slums of Pune, in Maharashtra, India. Nutr Health [Internet]. 2022 Mar 20;28(1):49–58. Available from: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/02601060211009693>
6. Safitri F, Sudiman H. Faktor Risiko Kejadian Anemia Ibu Hamil di Rumah Sakit Umum Daerah dr . Zainoel Abidin Provinsi Aceh Tahun 2013-2015 Risk Factors for Incident of Maternal Anemia who Carry Out Checkup in General Hospital of dr . Zainoel Abidin Aceh Province in 2013-2015. 2017;3(1):18–30.
7. Safitri F, Husna A, Sakdiah R. Analisis Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Tiji Kabupaten Pidie Analysis of Factors Associate. J Healthc Technol Med. 2021;7(1):144–62.
8. Rahman RA, Fajar NA. Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri: Literatur Review. J Kesehat komunitas (Journal community Heal [Internet]. 2024 Apr 6;10(1):133–40. Available from: <https://jurnal.hip.ac.id/index.php/keskom/article/view/1403>
9. Safitri F, Andika F. Cegah Anemia Pada Remaja Putri Sebagai Dasar Penurunan Stunting Di Sma Negeri 1 Baitussalam Aceh Besar Preventing Anemia Young Girls as a Basic for Reducing Stunting at Public Senior High School of 1 Baitussalam, District of Aceh Besar. J Pengabd Masy. 2023;5(1):60–3.
10. Faradilla Safitri, Fitri Alwi M. Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Anemia Pada Remaja Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Smk Negeri 1 Mesjid Raya Aceh Besar. J Pengabd Masy. 2020;2(1):0–5.
11. Ahmed A, Mohammed A. Anemia and its associated factor among adolescent school girls in GODEY and DEGEHABUR council Somali region, eastern Ethiopia. BMC Nutr [Internet]. 2022 Dec 14;8(1):55. Available from: <https://bmcnutr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40795-022-00548-1>

12. Normalia N, Rusmilawaty R, Kristiana E, Tunggal T. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Si SMA Negeri 1 Kusan Hilir Tahun 2024. J Penelit Multidisiplin Bangsa [Internet]. 2025 Jan 20;1(8):1387–93. Available from: <https://ejournal.amirulbangunbangsapublishing.com/index.php/jpnmb/article/view/254>
13. Agustin D, Andini RF, Arianti D. No Title. J Kesehat Bhakti Husada [Internet]. 2022 Dec 1;8(2):23. Available from: <https://e-journal.akperakbid-bhaktihusada.ac.id/index.php/jurnal/article/view/167>
14. Dyatmika. Hubungan Perilaku Makan dengan Kejadian Anemia. Studi Observasional pada Remaja Putri di SMPIT Al-Uswah Tuban. Universitas Islam Sultan Agung Semarang; 2022.
15. Astuti ER. Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri. Jambura J Heal Sci Res. 2023;5(2):550–61.