

Studi Literatur: Penyebab Terjadinya Anemia pada Remaja Putri

Feny Marselina¹, Ida Sofiyanti², Adelena³, Atika Rizki Suryani⁴, Rina Pratiwi⁵,
Tiya Karyani⁶

¹Kebidanan program sarjana, Universitas Ngudi Waluyo adel251299@gmail.com

²Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, idasofiyanti@gmail.com

³Kebidanan program sarjana, Universitas Ngudi Waluyo fenymarselina244@gmail.com

⁴Kebidanan program sarjana, Universitas Ngudi Waluyo atika.rizki020@gmail.com

⁵Kebidanan program sarjana, Universitas Ngudi Waluyo Rinapратиwi296@gmail.com

⁶Kebidanan program sarjana, Universitas Ngudi Waluyo kariyanitiya@gmail.com

Korespondensi Email: adel251299@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2022-12-16

Accepted, 2022-12-22

Published, 2022-12-28

Kata Kunci : Anemia,
Remaja Putri, Penyebab

Keywords: Anemia,
Young Women, Causes

Abstract

World Health Organization 2020 Global prevalence of anemia occurred in 204 countries from 1990 – 2019. Based on research data conducted in 2020, it was found that the total number of anemia cases increased from 1.42 billion in 1990 to 1.74 billion in 2019. This study also shows The 3 regions that contribute the highest anemia are West Africa, South Asia and Central Africa. Anemia is a condition when the body experiences a decrease or the number of red blood cells is below the normal range. This occurs due to a lack of hemoglobin (an iron-rich protein) that affects the production of red blood cells. Using a literature review study containing a description of the theory, findings and other research materials obtained from reference materials to be used as the basis for research activities. Based on the results of an analysis of ten articles that have found the causes of anemia that occur in adolescents, namely nutritional status, knowledge, adherence to taking FE tablets, menstrual patterns, dental caries, psycho-social, malaria and thyroid. In addition, anemia if left untreated can cause decreased immunity, impaired concentration, decreased learning achievement, disrupted fitness and productivity, increased the risk of death during childbirth and is one of the causes of premature birth and low birth weight babies.

Abstrak

World Health Organization 2020 Prevalensi kejadian anemia secara global terjadi pada 204 negara sejak tahun 1990 – 2019. Berdasarkan penelitian yang dilakukan WHO tahun 2020 didapatkan peningkatan total kasus anemia dari 1,42 miliar pada tahun 1990 menjadi 1,74 miliar di tahun 2019. Penelitian ini juga menunjukkan 3 wilayah penyumbang anemia tertinggi adalah Afrika Barat, Asia Selatan dan Afrika Tengah. Anemia yang

terjadi pada remaja putri jika tidak segera ditangani dapat mengakibatkan penurunan imunitas, gangguan konsentrasi, penurunan prestasi belajar, mengganggu kebugaran dan produktivitas, memperbesar resiko kematian saat melahirkan, menjadi salah satu penyebab bayi lahir prematur, berat bayi yang cenderung rendah. Anemia adalah kondisi ketika tubuh mengalami penurunan atau jumlah sel darah merah berada di bawah kisaran normal, hal ini terjadi karena kurangnya hemoglobin (protein kaya zat besi) sehingga memengaruhi produksi sel darah merah World Health Organization (WHO). Tujuan studi literatur review ini untuk mengetahui penyebab terjadinya anemia pada remaja putri, metode penelitian ini adalah studi literatur review penelusuran artikel dilakukan menggunakan Google Scholar dan PubMed dengan kata kunci anemia pada remaja. Artikel yang dipilih adalah artikel berbahasa Indonesia dan Inggris yang dipublikasi sejak 2015-2022 sebanyak 10 jurnal full text dalam format PDF yang sudah melewati critical appraisal. Berdasarkan hasil analisa dari sepuluh artikel yang sudah didapatkan penyebab anemia yang terjadi pada remaja yaitu status gizi, pengetahuan, kepatuhan minum tablet FE, pola menstruasi, karies gigi, psiko-sosial, malaria dan tyroid. Selain itu anemia apabila tidak tertangani dapat menyebabkan penurunan imunitas, gangguan konsentrasi, penurunan prestasi belajar, mengganggu kebugaran dan produktivitas, memperbesar resiko kematian saat melahirkan serta menjadi salah satu penyebab bayi lahir prematur dan berat badan bayi cenderung rendah.

Pendahuluan

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia pada remaja di dunia adalah 4,8 juta dan di Indonesia sebesar 23%, Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018), angka kejadian anemia di Indonesia masih tinggi. Riskesdas 2018 sebanyak 32% atau tiga dari sepuluh remaja Indonesia menderita penyakit anemia. Angka kejadian anemia pada remaja putri di Negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, haid, atau terlambat makanan.

Prevalensi kejadian anemia secara global terjadi pada 204 negara sejak tahun 1990 – 2019. Berdasarkan data penelitian yang dilakukan tahun 2020 didapatkan peningkatan total kasus anemia dari 1,42 miliar pada tahun 1990 menjadi 1,74 miliar di tahun 2019. Penelitian ini juga menunjukkan 3 wilayah penyumbang anemia tertinggi adalah Afrika Barat, Asia Selatan dan Afrika Tengah. (WHO 2020)

Anemia adalah menurunnya massa eritrosit yang menyebabkan ketidakmampuannya untuk memenuhi kebutuhan oksigen ke jaringan perifer. Secara klinis, anemia dapat diukur dengan penurunan kadar hemoglobin, hematokrit, atau hitung eritrosit, namun yang paling sering digunakan adalah pengujian kadar hemoglobin (Bakta, 2015). Hampir semua gangguan pada sistem peredaran darah disertai dengan anemia yang ditandai dengan warna keputihan pada tubuh, penurunan kerja fisik dan penurunan daya tahan tubuh. Penyebab anemia bermacam-macam diantaranya adalah anemia defisiensi zat besi (Ani, 2016).

Menurut Soekirman (2012), anemia gizi besi adalah suatu keadaan penurunan cadangan besi dalam hati, sehingga jumlah hemoglobin darah menurun di bawah normal. Sebelum terjadi anemia gizi besi, diawali lebih dahulu dengan keadaan kurang gizi besi (KGB). Apabila cadangan besi dalam hati menurun tetapi belum parah dan jumlah hemoglobin masih normal, maka seseorang dikatakan mengalami kurang gizi besi saja (tidak disertai anemia gizi besi). Keadaan kurang gizi besi yang berlanjut dan semakin parah akan mengakibatkan anemia gizi besi, tubuh tidak akan lagi mempunyai cukup zat besi untuk membentuk hemoglobin yang diperlukan dalam sel-sel darah yang baru (Arisman, 2014).

Tanda tanda anemia yang sering terjadi Kulit yang terlihat pucat, Mengalami perubahan suasana hati, Terlihat sangat lelah, Kepala terasa sangat pusing, Detak jantung lebih cepat dari biasanya, Mengalami jaundice (kulit dan mata menjadi kuning). Anemia bisa disebabkan dari kurang asupan zat besi, anemi krena perdarahan, sel darah rusak, produksi sel darah merah terlalu lambat. Anemia bisa diatasi dengan Obat atau suplemen zat besi yang sudah diresepkan dokter, Perubahan pola makan, Transfusi darah. Pengobatan penyakit lainnya yang menjadi penyebab anemia. Banyaknya penyebab terjadi anemia pada remaja putri yang berakibat pada kesehatannya sehingga kami tertarik untuk mengambil studi literatur review tentang penyebab anemia pada remaja putri.

Metode

Penecarian artikel di lakukan menggunakan Google Scholar dan PubMed dengan kata kunci anemia pada remaja. Artikel yang dipilih adalah artikel berbahasa indonesia dan inggris yang di publikasi sejak 2015-2022 sebanyak 10 jurnal full text dalam format PDF yang sudah melewati Critical Appraisal.

Hasil dan Pembahasan

Studi literatur ini menggunakan jurnal yang pencarian menggunakan pangkalan data (data base) dengan kata kunci “**Anemia Pada Remaja**”, Jurnal yang digunakan dan memenuhi kriteria ada 10 jurnal. Berikut daftar jurnal yang di temukan diuraikan dalam bentuk tabel di bawah ini.

Tabel 1.1

No	Peneliti	Metode Penelitian	Hasil
1.	<i>Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di kelas XI SMA Negeri Tangerang Selatan</i> Gita Ayuningtyas, Dewi Firiani, Parmah 2020	Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan menggunakan cross sectional study, yaitu untuk menganalisa variabel independ dependent di ukur secara bersamaan dalam satu kali pengukuran. Dan menggunakan metode pengisian kuesioner, pemeriksaan kadar Hb, dan pemeriksaan IMT (Indeks Massa Tubuh) sebagai alat pengumpul data. Lokasi penelitian ini bertempat di Sekolah SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan, dilakukan pada bulan Desember tahun 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri yang duduk di kelas XI SMA dan berjumlah 120 orang.	Berdasarkan hasil pemeriksaan IMT (Indeks Massa Tubuh) menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden yaitu 73 responden (60,8%) dalam kategori normal, serta lebih dari setengah responden yaitu 66 responden (55%) tidak mengalami anemia. Hasil uji korelasi (chi-square) antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di kelas XI SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan menunjukkan ada hubungan yang bermakna dengan nilai P-value p=0,003 (p<0,05).
2.	<i>Status gizi berhubungan dengan kejadian</i>	Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Hasil penelitian menggunakan uji <i>Chi Square</i> menghasilkan nilai p-value <0,05 yaitu p-

No	Peneliti	Metode Penelitian	Hasil
	<i>anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pagelaran Pringsewu</i> Daholal Jannah1, Sumi Anggraeni 2021	Penelitian di lakukan di SMA N I Pagelaran Pringsewu pada remaja putri kelas XI. Populasi penelitian yang digunakan adalah semua remaja putri di SMAN 1 Pagelaran kelas XI yang berjumlah 96 responden. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah pengisian lembar ceklist oleh peneliti dengan cara melakukan penimbangan berat badan dan mengambil sampel darah langsung pada responden. Analisis data yang digunakan dengan uji statistik <i>Chi Square</i> .	value = 0,000 yang berarti ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pagelaran Pringsewu. Semakin baik status gizi seseorang maka semakin rendah seseorang tersebut kemungkinan untuk mengalami anemia.
3.	<i>Pengetahuan remaja putri tentang anemia studi kasus pada siswa putri SMAN 1 Piyungan Bantul.</i> Nining sulistyawati afnisa nurjanah (2018)	Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yaitu penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada.yang berhubungan dengan pemahaman tentang dunia kehidupan sosial (Moeleong, 2013). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan remaja perempuan tentang Anemia. Informan ditentukan secara purposive sampling, dengan karakteristik informan adalah siswa perempuan di SMA N 1 Piyungan. Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan Focus Group Discussion (FGD) untuk mendapatkan data primer dan data sekunder berupa dokumentasi dari pihak sekolah berupa data presensi hadir siswa. Analisis data dilakukan dengan melalui berbagai langkah-langkah meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sedangkan validitas data.	Hasil penelitian diperoleh data dari sembilan informan, empat diantaranya pernah mengalami anemia. Pengetahuan informan tentang definisi anemia adalah kurang darah dalam tubuh sehingga tubuh jadi lemas. Dari pernyataan informan tersebut, menunjukkan bahwa masih sangat minim pengetahuan informan terhadap definisi anemia, dimana informan memahami bahwa anemia adalah kurangnya volume atau jumlah darah dalam tubuh. Adapun definisi anemia adalah keadaan jumlah hemoglobin dalam darah kurang dari normal, bukan volume darahnya yang berkurang. Hemoglobin ini dibuat di dalam sel darah merah, sehingga anemia dapat terjadi baik karena sel darah merah mengandung terlalu sedikit hemoglobin maupun karena jumlah sel darah yang tidak cukup (Kemenkes, 2014).
4.	<i>Pengetahuan remaja putri tentang anemia studi kasus pada siswa putri SMAN 1 Piyungan Bantul.</i> Nining sulistyawati afnisa nurjanah (2018)	Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yaitu penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada.yang berhubungan dengan pemahaman tentang dunia	Hasil penelitian diperoleh data dari sembilan informan, empat diantaranya pernah mengalami anemia. Pengetahuan informan tentang definisi anemia adalah kurang darah dalam tubuh sehingga tubuh jadi lemas. Dari pernyataan informan tersebut, menunjukkan bahwa masih

No	Peneliti	Metode Penelitian	Hasil
		kehidupan sosial (Moeleong, 2013). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan remaja perempuan tentang Anemia. Informan ditentukan secara purposive sampling, dengan karakteristik informan adalah siswa perempuan di SMA N 1 Piyungan. Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan Focus Group Discussion (FGD) untuk mendapatkan data primer dan data sekunder berupa dokumentasi dari pihak sekolah berupa data presensi hadir siswa. Analisis data dilakukan dengan melalui berbagai langkah-langkah meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sedangkan validitas data.	sangat minim pengetahuan informan terhadap definisi anemia, dimana informan memahami bahwa anemia adalah kurangnya volume atau jumlah darah dalam tubuh. Adapun definisi anemia adalah keadaan jumlah hemoglobin dalam darah kurang dari normal, bukan volume darahnya yang berkurang. Hemoglobin ini dibuat di dalam sel darah merah, sehingga anemia dapat terjadi baik karena sel darah merah mengandung terlalu sedikit hemoglobin maupun karena jumlah sel darah yang tidak cukup (Kemenkes, 2014).
5.	<i>Gejala anemia pada santriwati arroyan studi tentang pengetahuan anemia di tingkat mahasantri</i> , Devi Qurrotu Ainy. (2017)	Jenis penelitian ini merupakan observasional dengan melakukan wawancara kepada beberapa santriwati arroyan yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan. Adapun kriteria inklusi penelitian ini adalah Mahasantri Pesantren Mahasiswi Arroyan dan bersedia sebagai responden penelitian. Selain itu juga melakukan wawancara kepada koass untuk kevalidan data mengenai anemia.	Didapatkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang terdapat 5 (71,4%) mengalami anemia sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik terdapat 1 (33,3%) tidak mengalami anemia.
6.	<i>Hubungan antara kepatuhan minum tablet FE dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA Darul Imad Makmur Kibupaten Banjar</i> , Yuniarti, Rusmilawaty, Tri Tunggal 2015	Penelitian ini merupakan penelitian Survey analitik dengan pendekatan kuantitatif. Rancangan yang digunakan adalah Cross Sectional.	Berdasarkan hasil uji statistik uji chi square diketahui $p = 0,001$, Ada hubungan antara kepatuhan minum tablet besi dengan kejadian anemia Pada Remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013.
7.	<i>Pola menstruarsi dengan kejadian anemia pada remaja</i> , Desi kumalasari, Feri kameliawati, hamid mukhlis, Dian ayu kristanti 2019.	Metode penelitian ini adalah termasuk penelitian analitik dengan menggunakan pedektana <i>cross sectional</i> .	Hasil uji statistik menggunakan chi square didapatkan nilai p -value $0,001 < \text{nilai } a \text{ } 0,05$, maka dapat dinyatakan terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri siswa SMP Negeri Lampung Timur tahun 2018. Hasil analisis ditemukan nilai OR 8.886 (CI 95% -2.410-

No	Peneliti	Metode Penelitian	Hasil
			32,765), yang artinya pola menstruasi yang tidak normal berpeluang 8,886 kali remaja putri mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri pola menstruasinya normal.
8.	<i>Association Between Anaemia and Dental Caries in Brazilian Adolescents</i> , sabelle, Aguiar Pradoa, Cayara Mattos, Costab Susilena ,Arouche Costac Cadidja Dayane, Sousa do Carmod Erika Bárbara Abreu Fonseca Thomaze, Soraia de Fátima Carvalho Souzaf Cecilia Claudia Costa Ribeirog (2019).	Observasi inistudi termasuk sampel probabilistik kompleks remaja (17-18 tahun) yang terdaftar di sekolah umum di SãoLuis, Brasil (n = 363). Dua model hipotesis diuji: (1) anemia dan karies gigi berhubungan diberikanbahwa mereka berbagi faktor predisposisi, seperti sosial ekonomi dan konsumsi gula yang tinggi, dan (2) adanya gigi yang rusak parah dapat meningkatkan kerentanan pasien terhadap anemia. Pada model pertama, asosiasiantara anemia dan riwayat karies gigi (jumlah hasil gigi yang terkena) dianalisis oleh Poisson regresi. Pada model kedua, hubungan antara adanya gigi yang karies parah dengan terbukanya pulpa/nekrosis dan hasil anemia dianalisis dengan regresi logistik. Analisis bivariat dan multivariat setelah disesuaikan dengan faktor sosial ekonomi dan konsumsi gula dilakukan, dengan mempertimbangkan 5% dari tingkat signifikansi statistik dan menggunakan STATA 115.0.22:47.	Sebanyak 42 remaja (10,4%) tidak menyelesaikan semua ahapan penyidikan. Oleh karena itu, 363 individu adalah termasuk dalam penelitian ini. Sampel terdiri dari sebagian besar anak perempuan (55,65%); menyatakan diri sebagai mulatto (66,6%); dan keluarga penghasilan satu upah minimum Brasil (50,41%). Prevalensi anemia adalah 10,14%. Jumlah rata-rata gigi dengan riwayat karies gigi (DMFT 1) adalah 3,72 (\pm 3,40). Gigi berlubang parah (PUFA = 1 atau PUFA 2) hadir di 17,36% dari remaja Pada model pertama, anemia dikaitkan dengan jumlah gigi dengan riwayat karies gigi secara bivariat(MR: 1,30; CI95%: 1,10-1,52; p = 0,001) dan multivariat analisis (MR: 1,18; CI95%: 1,01-1,39; p = 0,046). Pada model kedua, memiliki dua atau lebih gigi yang mengalami kerusakan parah (PUFA 2) adalah paparan paling kuat yang terkait dengan anemia pada bivariat (OR: 5,75; CI95%: 1,97-16,8; p = 0,001 dan analisis multivariat (OR: 5,51; CI95%: 1,71-17,74; p = 0,004).
9.	<i>Psycho-social problems of adolescents with sickle-cell anaemia in Ekiti State, Nigeria</i> Lateef Omotosho Adegboyega 2021	Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian survey deskriptif. Sifat deskriptifdesain ini membuatnya cocok untuk penelitian ini karena bertujuan untuk menyelidiki masalah psiko-sosial dari anemia sel sabit remaja di Ekiti State, Nigeria.	Hasil penelitian mengatakan ada hubungan antara masalah psiko-sosial remaja dengan anemia sel sabit, terbatas dalam pilihan karir, sulit mendapatkan pasangan yang cocok dalam pernikahan dan remaja SCD biasanya menunjukkan gangguan emosi, perilaku tidak baik, dan memiliki masalah belajar. Temuan juga mengungkapkan bahwa ada perbedaan yang signifikan

No	Peneliti	Metode Penelitian	Hasil
10.	<i>Prevalence of sickle cell disorders and malaria infection in children aged 1–12 years in the Volta Region, Ghana: a community-based study</i> Mavis Oppong , Helena Lamptey , Eric Kyei-Baafour , Belinda Aculley , Ebenezer Addo Ofori , Bernard Toronyigah, Margaret Kwekul and Michael F. Ofori (2020)	Ini adalah survei cross-sectional berbasis masyarakat yang melibatkan 938 anak usia 1-12 tahun yang dipilih dari tiga kabupaten, masing-masing satu dari 3 zona geografis Wilayah Volta menggunakan metode sampling multistage. Informasi demografi dikumpulkan menggunakan kuesioner standar dan indeks antropometri diukur. Elektroforesis fokus isoelektrik (IEF) digunakan untuk menentukan genotipe Hb dan parasit sub-mikroskopik ditentukan oleh PCR.	dalam masalah psiko-sosial remaja penderita anemia sel sabit berdasarkan usia dan tingkat pendidikan. Prevalensi skrining sabit positif adalah 16,0% dengan prevalensi keseluruhan gangguan sel sabit menjadi 2,0%. Di antara genotipe individu yang membentuk kelainan sel sabit, genotipe HbSF adalah yang tertinggi (0,9% dibandingkan dengan 0,2%; HbSS, 0,6%; HbSC dan 0,3%; HbSCF). Mikroskopis Plasmodium falciparum parasitemia terdeteksi di antara 5,5% anak-anak dan prevalensi sub-mikroskopik 14,2% oleh PCR. Anak-anak dengan sel sabit gangguan lebih cenderung memiliki parasitemia sub-mikroskopik (AOR=5.51 95%CI (2.15, 14.10), p<0.001) serta anemia (AOR=3.03 95% CI (1.04, 8.82), p=0.042), dibandingkan dengan genotipe normal. Tidak ada signifikansi tidak ada perbedaan yang diamati antara gangguan sel sabit dan pertumbuhan dan perkembangan anak-anak yang diskriminasi.10:51

Berdasarkan dari sepuluh artikel yang telah didapatkan bahwa penyebab terjadinya anemia pada remaja putri yaitu:

Status Gizi

Menurut penelitian dari giti ayu ningtyias dkk(2020) lebih dari setengah responden yaitu 73 responden (60,8%) dalam kategori normal, hampir setengah responden yaitu 41 responden memiliki status gizi kurus (34,2%), dan hampir tidak ada responden yaitu sebanyak 6 responden (5%) dalam kategori gemuk. Lebih dari setengah responden yaitu 66 responden (55%) tidak mengalami anemia dan hampir setengah responden yaitu 54 responden (45%) mengalami anemia. hasil analisa tabel korelasi diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan status gizi yang kurus mengalami anemia sebanyak 38 responden (92.7%) dan hampir tidak ada responden dengan status gizi yang kurus tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 3 responden (7.3%). Responden dengan status gizi yang normal sebagian besar tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 64 responden (87.7%) dan hampir tidak ada responden yang memiliki status gizi normal yang mengalami anemia yaitu sebanyak 9 responden (12.3%). Lebih dari setengah responden dengan status gizi gemuk mengalami anemia yaitu sebanyak 4 responden (66.7%) dan hampir setengah responden. Hal Ini sesuai dengan jurnal hasil penelitian Daholal JANNAH, Sumi Anggraeni tahun 2021 yang menyatakan bawah semakin baik status gizi seseorang maka semakin rendah seseorang tersebut kemungkinan untuk mengalami anemia.

Status gizi adalah keadaan tubuh akibat mengkonsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi dibedakan menjadi tiga yaitu status gizi kurang, status gizi baik, dan status gizi lebih. Penentuan status gizi remaja dapat dilakukan dengan beberapa cara salah satunya dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Pengukuran ini cocok untuk remaja karena remaja masih dalam masa pertumbuhan (Almatsier, 2010).

Pengetahuan

Menurut penelitian ning & fnisa (2018) pengetahuan sampel tentang anemia adalah kurang darah dalam tubuh sehingga tubuh menjadi lemas, dari pernyataan sampel tersebut menunjukkan bahwa masih sangat minim pengetahuan sampel terhadap anemia di mana sampel memahami anemia adalah kurang darah. Adapun definisi anemia adalah keadaan jumlah hemoglobin dalam darah kurang dari normal, bukan volume darah yang berkurang. Hemoglobin ini di buat dalam sel darah merah mengandung terlalu sedikit hemoglobin maupun karena jumlah sel darah yang tidak cukup (kemenkes 2014).

Pengetahuan sampel mengenai tanda gejala anemia hanya lemas, pusing, lesu dan mudah lelah. Pernyataan sampel tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar sampel sudah paham tentang tanda gejala anemia. Semua sampel belum mengetahui penyebab terjadinya anemia pada saat FGD sampel mengatakan bahwa penyebab anemia adalah telat makan, makan tidak teratur, dan kurang makan sayur. Adapun penyebab anemia adalah kurangnya zat besi, membatasi asupan makan, kehilangan zat besi. Hal ini didukung dari penelitian. Devi Qurrotu Ainy yang menyatakan bahwasanya ada hubungan antar pengetahuan yang berdasarkan tanda, gejala, penyebab dengan kejadian anemia.

Kepatuhan minum tablet FE

Hasil dari penelitian Yuniarti, Rusmilawaty, Tri Tunggal 2015 menyatakan bahwa ada hubungan dengan kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja, Kepatuhan minum tablet besi (Fe) dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor dari petugas kesehatan (seperti adanya anggapan tablet besi untuk pengobatan, tindak lanjut kunjungan yang tidak baik) dan faktor dari diri individunya sendiri (seperti kesadaran yang rendah akan manfaat tablet besi (Fe), adanya efek samping dari tablet besi (Fe), kelupaan, perasaan mual/muntah) (Winichagoon, 2002).

Manfaat suplementasi besi (Fe) sering dihambat oleh kepatuhan dalam minum tablet Fe. Kepatuhan dalam minum tablet Fe merupakan salah satu faktor yang dianggap paling berpengaruh dalam keberhasilan program suplementasi besi (Fe) selain penyediaan tablet Fe dan sistem distribusinya (Budiarni dan Subagio, 2012) (6). Puskesmas telah melaksanakan program pemeriksaan Hb pada seluruh remaja putri di MA Darul Imad dan program pemberian Tablet Fe pada remaja putri khususnya yang mengalami anemia. Namun berdasarkan penelitian masih banyak remaja putri yang tidak patuh minum tablet Fe yang telah diberikan 1 kali sehari.

Kepatuhan merupakan suatu tingkat perilaku pasien yang tertuju pada instruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang ditentukan, seperti diet, latihan, pengobatan, maupun menepati janji pertemuan dengan dokter (Stanley, 2007). Kepatuhan diartikan sebagai suatu bentuk perilaku individu. Perilaku merupakan suatu kegiatan atau aktifitas manusia, baik dapat diamati secara langsung maupun tidak dapat diamati oleh pihak luar. Dimana perilaku terdiri dari persepsi (perception), respon terpimpin (guided respon), mekanisme (mechanisme), adaptasi (adaptation) (Notoatmodjo, 2015)

Pola menstruasi

Berdasarkan hasil dari penelitian esi kumalasari dkk (2019) menyatakan bahwa ada hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri pola menstruasi yang tidak normal berpeluang lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan dengan pola menstruasi yang normal. Hal tersebut dapat terjadi karena

lamanya proses menstruasi akan mempengaruhi jumlah sel darah merah di dalam tubuh, semakin lama masa menstruasi maka akan semakin banyak darah yang keluar.

Pada umumnya siklus menstruasi berlangsung selama 28 hari. Siklus normal berlangsung 21-35 hari. Siklus menstruasi bervariasi pada tiap perempuan, namun beberapa perempuan memiliki siklus yang tidak teratur. Panjang siklus menstruasi dihitung dari hari pertama menstruasi yang kemudian dihitung sampai dengan hari perdarahan menstruasi bulan berikutnya dimulai. (Saryono, 2009).

Menstruasi adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan atau deskuamasi dari endometrium (Prawirodihardjo, 2014). Menstruasi merupakan perdarahan akibat dari luruhnya dinding sebelah dalam rahim (endometrium). Lapisan endometrium dipersiapkan untuk menerima implantasi embrio. Bila tidak terjadi implantasi embrio maka lapisan ini akan luruh. Perdarahan tersebut terjadi secara periodik, jarak waktu antara menstruasi dikenal dengan satu siklus menstruasi (Yanna, 2017).

Siklus menstruasi terbagi menjadi empat bagian yaitu eumenorrhea (normal) siklus menstruasi yang teratur dengan interval perdarahan yang terjadi antara 21-35 hari, polimenorrhea merupakan siklus menstruasi yang lebih pendek dari biasanya (<21 hari) dan perdarahannya kurang lebih sama atau lebih banyak dari normal, oligomenorrhea adalah menstruasi jarang (atau sangat sedikit), atau lebih tepatnya, periode menstruasi terjadi dengan interval yang lebih lama dari 35 hari dengan jumlah menstruasi 4-9 kali saja dalam setahun dan amenorrhea adalah absennya periode menstruasi selama 3 bulan di usia reproduksi, yaitu absennya menstruasi selama 3 bulan pada wanita yang memiliki siklus menstruasi normal sebelumnya (Yani, 2016).

Karies gigi

Berdasarkan hasil penelitian Adolescents dkk, menyatakan bahwa ada hubungan antara karies gigi dan anemia pada remaja karena mengonsumsi gula berlebihan, faktor ekonomi menjadi salah satu penyebab karies gigi yang ekonominya rendah lebih terparah makanan tinggi gula karena harganya yang murah sakit gigi saat mengunyah membatasi asupan makanan berserat dan makanan lain yang mengandung zat besi, yang dapat mengakibatkan anemia. Kedua, adanya infeksi/peradangan yang berasal dari gigi yang membusuk parah dapat mengganggu erythropoiesis dan mengurangi hemoglobin. Gula memainkan peran penting dalam menyebabkan kerusakan gigi 17.23 dan konsumsinya tampaknya mengganggu kekurangan nutrisi mikro, termasuk zat besi. Karies gigi adalah merupakan penyakit jaringan keras gigi yang ditandai dengan kerusakan jaringan, dimulai dari permukaan gigi meluas ke arah pulpa disebabkan oleh karbohidrat yang tertinggal di dalam mulut dan mikroorganisme yang tidak segera dibersihkan (Tarigan, 2014).

Menurut (Tarigan, 2014) karies adalah penyakit yang ditandai dengan kerusakan jaringan, dimulai dari permukaan gigi (pits, fissure, dan daerah interproximal) meluas ke arah pulpa. Karies gigi dapat dialami oleh setiap orang dan dapat timbul pada satu permukaan gigi atau lebih dan dapat meluas ke bagian yang lebih dalam dari gigi. Karies gigi adalah suatu proses kronis yang dimulai dengan larutnya mineral email, sebagai akibat terganggunya keseimbangan antara email dan sekelilingnya yang disebabkan oleh pembentukan asam mikrobial dari substrat (medium makanan bagi bakteri), yang mengakibatkan timbul destruksi komponen-komponen organik dan akhirnya terjadi karies gigi.

Psycho-social

Hasil dari penelitian Lateef Omotosho Adegboyega 2021 menyatakan adanya hubungan antara psiko-sosial dengan anemia sabit, anemia di kelompokan menjadi anemia karena perdarahan, anemia gizi, defisiensi anemia dan anemia di sebabkan oleh kelainan genetik.

Masalah psikososial merupakan masalah yang banyak terjadi dimasyarakat. Menurut Yeni (2011) psikososial adalah suatu kemampuan tiap diri individu untuk berinteraksi dengan orang yang ada disekitarnya. Sedangkan menurut Chaplin (2011) psikososial adalah suatu kondisi yang terjadi pada individu yang mencakup aspek psikis dan sosial atau sebaliknya. psikososial berarti menyinggung relasi sosial yang mencakup faktor-faktor psikologi. Dari defenisi diatas masalah psikososial adalah masalah yang terjadi pada kejiwaaan dan sosialnya Remaja merasa malu, mudah tersinggung saat mendapatkan berita yang tidak baik cenderung akan malu di hujat teman, Sickle cell anemia (SCA) adalah penyakit genetik yang resesif, artinya seseorang harus mewarisi dua gen pembawa penyakit ini dari kedua orangtuanya. Hal inilah yang menyebabkan penyakit SCA jarang terjadi. Seseorang yang hanya mewarisi satu gen tidak akan menunjukkan gejala dan hanya berperan sebagai pembawa. Jika satu pihak orangtua mempunyai gen sickle cell anemia dan yang lain merupakan pembawa, maka terdapat 50% kesempatan anaknya menderita sickle cell anemia dan 50% kesempatan sebagai pembawa. Maka dari itu tenaga kesehatan yang menangani kasus terjadinya sel sabit pada remaja harus memperhatikan psikososial remaja.

Penyakit sel sabit sebenarnya dapat dibedakan menjadi 2 , yaitu: 1) penyakit sel sabit yang heterozigot; dan 2) penyakit sel sabit yang homozigot. Untuk penyakit sel sabit heterozigot, hemoglobin yang terdapat dalam darah pasien tidak hanya HbS saja, melainkan bisa saja ada bentuk kelainan hemoglobin yang lain seperti HbC, HbD, HbE, maupun β -thalassemia. Sebaliknya, dalam darah pasien penderita penyakit sel sabit homozigot hanya terdapat satu kelainan hemoglobin, yaitu HbS. Kelainan homozigot ini justru merupakan kelainan yang paling parah bila dibandingkan dengan kelainan heterozigot³ . Berdasarkan kedua jenis tersebut, anemia sel sabit termasuk ke dalam penyakit sel sabit homozigot. Anemia sel sabit merupakan suatu kelainan pada darah yang disebabkan karena adanya perubahan asam amino ke-6 pada rantai protein globin β yang menyebabkan adanya perubahan bentuk dari sel darah merah menjadi serupa dengan sabit, yang disebut dengan HbS.

Malaria

Menurut penelitian mavis oopang dkk (2020) menyatakan bawasanya anemia dapat terjadi pada penderita malaria terutama untuk yang memiliki kelain sel darah seperti sel sabit yang akan mempercepat terjadinya anemia. Penyakit sel sabit (SCD) adalah kelainan darah yang diwariskan yang menyebabkan sel darah merah berbentuk “sabit”, sel tersebut menghalangi aliran darah dan oksigen mencapai semua bagian tubuh. Orang dengan SCD dapat mengalami rasa sakit, anemia, infeksi, dan masalah kesehatan serius lainnya (juga dikenal sebagai komplikasi) yang mungkin memerlukan perawatan oleh penyedia layanan kesehatan. Ketika masalah kesehatan, seperti nyeri serius (juga dikenal sebagai krisis nyeri), tidak dapat dikelola di rumah atau kunjungan ke penyedia layanan kesehatan tidak memungkinkan, anak-anak dan orang dewasa dengan SCD sering memerlukan perawatan di departemen gawat darurat rumah sakit (ED) atau klinik untuk perawatan (Centers for Disease Control and Prevention. 2021).

Malaria dapat menyebabkan kekurangan darah karena sel-sel darah banyak yang hancur dirusak atau dimakan oleh plasmodium. Malaria juga menyebabkan Splenomegali yaitu pembesaran limpa yang merupakan gejala khas malaria klinik. Anemia terjadi terutama karena pecahnya sel darah merah yang terinfeksi, plasmodium falsifarum menginfeksi seluruh stadium sel darah merah hingga anemia dapat terjadi pada infeksi akut dan kronis. Anemia merupakan keadaan menurunnya kadar hemoglobin, hemotokrit dan pecahnya sel darah merah di bawah nilai normal yang dijumlah untuk perorangan (Depkes, 2007)

Tyroid

Menurut penelitian nicolien dkk (2021) menyatakan bahwasanya tyroid secara signifikan tidak dapat menyebabkan terjadinya anemia tetapi tyroid dapat mengembangkan salah satu penyebab anemia terjadinya anemia. Hipotiroid menyebabkan darah berkurang, pembentukan sel sebagai respon kebutuhan oksigen menurun. Bahkan pasien yang menderita anemia karena hipotiroid harus menjalani terapi pengobatan asam folat dan suntikan vitamin B12. Greenspan et al. (2004) menyatakan bahwa hipotiroid turut berperan dalam terjadinya anemia. Hipotiroid dapat mengakibatkan gangguan sintesis hemoglobin akibat kurangnya hormon tiroksin.

Tiroid adalah kelenjar depan leher di bawah kotak suara berbentuk seperti kupu-kupu. Tiroid adalah jaringan endokrin yang bertanggung jawab atas produksi tiroksin. Di belakang kelenjar tiroid adalah kelenjar paratiroid yang mengeluarkan hormon paratiroid. Thyroxine diperlukan untuk menjaga fungsi tubuh yang mempengaruhi kadar gula darah, detak jantung dan fungsi ginjal. Hormon paratiroid membantu mengatur kadar kalsium tubuh. Jika sel-sel di kelenjar tiroid tumbuh tidak normal dan tidak mati seperti biasanya maka kanker akan terbentuk (Diananda, 2015).

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil analisa dari sepuluh artikel yang sudah di dapatkan penyebab anemia yang terjadi pada remaja yaitu status gizi, pengetahuan, kepatuhan meminum tablet FE, pola mentruarsi, karies gigi, psyo-sosial, malaria dan tyroid. Selain itu anemia apabila tidak tertangani dapat menyebabkan penurunan imunitas, gangguan konsentrasi penurunan prestasi belajar, mengganggu kebugaran dan produktivitas, memperbesar resiko kematian saat melahirkan serta menjadi salah satu penyebab bayi lahir prematur dan berat badan bayi cenderung rendah.

Untuk peneliti selanjutnya bisa menggunakan metode yang lebih baik lagi, menggunakan jurnal yang banyak bisa dan mengunakan jurnal internasional, akan lebih baik menggunakan jurnal sinta.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih untuk Universitas Ngudi Waluyo, dosen serta staf Universitas Ngudi Waluyo dan juga teman teman mahasiswa yg telah membantu proses penelitian

Daftar Pustaka

- Ani, LS. (2016). *Buku Saku Anemia Defisiensi Besi*. Jakarta: EGC
- Adegboyega L. O. (2021). Psycho-social problems of adolescents with sickle-cell anaemia in Ekiti State, Nigeria. *African health sciences*, 21(2), 775–781. <https://doi.org/10.4314/ahs.v21i2.37>
- Almatsier, Sunita. (2011). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Arisman, MB. (2014). *Buku Ajar Ilmu Gizi: Obesitas, Diabetes Melitus, & Dislipidemia: Konsep, teori dan penanganan aplikatif*. Jakarta: EGC.
- Aveyard, H. (2014). *Doing literature review in health and social care: A practical guide* (ed.3). New York: McGraw-Hill Companie
- Bakta, IM. (2015). *Hematologi Klinik Ringkas*. Jakarta: EGC.
- Chaplin, J.P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi (Terjemahan Kartono, K)* Jakarta: Pt Raja Grafindo Persada

Dabolal jannah, Sumi Angrgraeni Status Gizi Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di SMA 1 Pagelaran Pringsewu vol 10 no 1 januari 2021 42-47 availabel at <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/JIK/article/view/1320>

Devi Qurrotu Ainy gejala anemia pada satriwati arroyyan studi tentang pengetahuan anemia di tingkat mahasantri availabel at <https://osf.io/qx8sy/download/?format=pdf>

Diananda, R. (2015). *Mengenal Seluk Beluk Kanker*. Yogyakarta : Kata Hati.

DepKes RI, (2007). *Penyebab, Penyebaran, dan Penularan Malaria*. Jakarta.

Gota Ayuningtyas Dewi Fitriani, Parmah hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di kelas IX SMA negeri 3 tangerang selatan prosiding senantias 2020 vol 1 no. 1 desember 2020 availabel at <http://openjournal.unpam.ac.id/index.php/Senan/article/view/9069>

Grenspan, FS. (2004). Treatment Guidelines for Patient with Hyperthyroidism and Hypothyroidism. Standart of Care Committee, *American Thyroid Assosiation JAMA* 273 : 808-812.

Nining sulistyawati, anisa siti nurjanah pengetahuan remaja putri tentang anemia studi kasus pada siswa putri SMAN 1 Piyungan tahun 2018 Availabel at <https://stikes-yogyakarta.e-journal.id/JKSI/article/view/107>

Notoadmodjo, S. (2014) *ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Prado, I. A., Costa, C. M., Costa, S. A., Carmo, C. D. S. D., Thomaz, E. B. A. F., Souza, S. F. C., & Ribeiro, C. C. C. (2020). Association Between Anaemia and Dental Caries in Brazilian Adolescents. *Oral health & preventive dentistry*, 18(1), 1055–1060. <https://doi.org/10.3290/j.ohpd.b871067>

Prawirohardjo, Sarwono. (2014). *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Saryono. (2009). *Sindrom Premenstruasi: mengungkap tabir sensitifitas perasaan menjelang menstruasi*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Soekirman, (2012), *hidup sehat, Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusia*, Jakarta, Primamedia Pustaka.

Stanley, M., & Beare, P.G. (2007). *Buku ajar keperawatan gerontik (Gerontological nursing: A health promotion/protection approach)*. (Edisi 2) (Nety Juniarti, Sari Kurnianingsih, Penerjemah). Jakarta: EGC

Van Vliet, N. A., Kamphuis, A. E. P., den Elzen, W. P. J., Blauw, G. J., Gussekloo, J., Noordam, R., & van Heemst, D. (2022). Thyroid Function and Risk of Anemia: A Multivariable-Adjusted and Mendelian Randomization Analysis in the UK Biobank. *The Journal of clinical endocrinology and metabolism*, 107(2), e643–e652. <https://doi.org/10.1210/clinem/dgab674>

Prosiding

Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan

Universitas Ngudi Waluyo

Yanna, G, Udiyono, A, Saraswati, L, Adi, S (2017), 'Gambaran Status Anemia Pada Remaja Putri di Wilayah Pegunungan dan Pesisir Pantai', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 5, No. 1, hal. 193-199.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/15486>

Yani, N.G. 2016. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi pada Atlet PON XIX Jawa Barat di Koni Sulawesi Selatan. Skripsi. Universitas Hasannudin.

<https://gizi.kemkes.go.id/katalog/revisi-buku-pencegahan-dan-penanggulangan-anemia-pada-rematri-dan-wus.pdf>

<https://www.kemkes.go.id/article/view/21012600002/remaja-sehat-komponen-utama-pembangunan-sdm-indonesia.html#:~:text=Berdasarkan%20data%20Risksdas%202018%2C%20prevalensi,optimal%20dan%20kurangnya%20aktifitas%20fisik.>