

## **Hubungan Pengetahuan Terkait Anemia Dengan Status Gizi Pada Mahasiswi Universitas Negeri Medan**

### ***The Relationship of Knowledge Related to Anemia With Nutritional Status in Medan State University Students***

**Putri Faizah, Atika Rahmadhani Putri, Faqilah Fadiyah Fatah, Jecika Destari Natalia**  
Program Studi Gizi, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Medan, Medan  
Email: [putrifazah66@gmail.com](mailto:putrifazah66@gmail.com)

#### **ABSTRAK**

Anemia merupakan kondisi menurunnya kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal. Hemoglobin adalah salah satu komponen di dalam sel darah yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru keseluruhan jaringan tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan terkait anemia dengan status gizi pada mahasiswi Universitas Negeri Medan. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional study*. Subjek penelitian sebanyak 45 mahasiswi yang dipilih dengan metode *simple random sampling*. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen untuk pengetahuan terkait anemia dan variabel dependen untuk status gizi mahasiswi. Uji analisis hubungan dalam penelitian ini menggunakan uji *Fisher*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan terkait anemia dengan status gizi mahasiswi UNIMED dengan nilai *p-value* 0,015 ( $p < 0.000$ ). Status gizi mahasiswi sebagian besar adalah normal (75.6%), sedangkan tingkat pengetahuan terkait anemia sebagian besar adalah baik (62.2%). Pemberian edukasi untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi bertujuan memperbaiki kebiasaan makan remaja putri.

**Kata kunci** : anemia ,mahasiswi, pengetahuan, status gizi

#### **ABSTRACT**

*Anemia is a condition where the hemoglobin level in the blood is lower than normal. Hemoglobin is a component in blood cells that functions as a carrier of oxygen from the lungs to all body tissues. This study aims to determine the relationship of knowledge related to anemia with nutritional status in University State of Medan (UNIMED) students. The design of this study used a cross sectional study approach. The research*

*subjects were 45 female students who were selected by simple random sampling method. The variables in this study consisted of the independent variable for knowledge related to anemia and the dependent variable for the nutritional status of female students. The relationship analysis test in this study used Fisher's exact test. The results showed that there was a significant relationship between knowledge related to anemia and the nutritional status of UNIMED students with a p-value of 0.015 ( $p < 0.000$ ). Most of the female students' nutritional status was normal (75.6%), while the level of knowledge related to anemia was mostly good (62.2%). Providing education to increase knowledge about nutrition aims to improve the eating habits of adolescent girls*

**Keywords :** *anemia female students, knowledge , nutritional status*

## **PENDAHULUAN**

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia. Diperkirakan 30% atau 2 milyar penduduk dunia menderita anemia terutama pada negara berkembang. Anemia paling sering menyerang wanita usia subur khususnya remaja putri. Remaja putri rentan menderita anemia karena banyak kehilangan darah pada saat menstruasi. Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada perempuan usia  $\geq 15$  tahun sebesar 22.7 % dan 37.1% untuk prevalansi anemia pada ibu hamil.

Anemia merupakan suatu kondisi menurunnya kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal. Hemoglobin adalah salah satu komponen di dalam sel darah yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru paru keseluruhan jaringan tubuh

(MB Arisman, 2014). Gejala anemia yang paling sering dialami seperti letih, lemah, lesu, pusing, wajah dan kelopak mata pucat serta mata berkunang-kunang. Dampak dari anemia diantaranya adalah kelelahan, meningkatkan kerentanan terhadap infeksi karena sistem kekebalan dan tubuh fungsi daya tahan tubuh yang menurun sehingga lebih rentan terhadap keracunan dan (Kusmiran, 2016).

Menurut Arumsari, (2008), status gizi berkaitan dengan konsentrasi hemoglobin, artinya semakin buruk status gizi seseorang maka semakin rendah pula kadar hemoglobin didalam darah. Salah satu cara penentuan status gizi yang paling mudah adalah dengan menggunakan pengukuran antropometri yaitu pengukuran Berat Badan (BB) dan Tinggi Badan (TB) sehingga didapatkan hasil perhitungan Indeks Masa Tubuh (IMT) yang direkomendasikan sebagai

indikator untuk menentukan status gizi remaja.

Anemia terjadi karena berbagai sebab salah satunya yaitu defisiensi zat besi dikarenakan rendahnya asupan zat gizi sumber zat besi, asam folat serta protein yang berperan penting dalam pembentukan hemoglobin dalam darah. Hal ini berkaitan dengan kebiasaan makan yang buruk, pemahaman dan pengetahuan gizi yang rendah pada remaja serta pengaruh lingkungan seperti penerapan diet yang tidak teratur serta kesukaan terhadap makanan instan dan *junk food*. Masalah anemia pada remaja akan berdampak negatif seperti penurunan konsentrasi belajar, penurunan kesegaran jasmani serta besarnya resiko melahirkan bayi BBLR (Adriani & Wirjatmadi, 2016).

Adapun upaya pencegahan dan penanggulangan anemia yaitu dengan meningkatkan asupan makan sumber zat besi. Selain itu meningkatkan pemahaman mengenai pengetahuan seputar anemia juga perlu dilakukan. Pengetahuan kognitif merupakan dominan yang sangat penting dalam membentuk dominan seseorang.

Berdasarkan permasalahan tersebut maka penulis tertarik untuk meneliti hubungan status gizi dan pengetahuan dengan status anemia pada mahasiswi Universitas Negeri Medan, Medan, Sumatera Utara.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode surve dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Universitas Negeri Medan yang berada di Jalan Willem Iskandar, Pasar V Medan Estate, Percut Sei Tuan, Deli Serdang pada bulan April 2022. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswi Universitas Negeri Medan. Teknik pengambilan subjek menggunakan *simple random sampling* sesuai kriteria inklusi yang telah ditetapkan, sehingga didapatkan jumlah subjek sebesar 45 mahasiswi Universitas Negeri Medan. Adapun kriteria inklusi dari penelitian ini adalah mahasiswi Universitas Negeri Medan yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Kriteria eksklusi yaitu menderita penyakit infeksi maupun kronis dan cacat.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu data primer dan data sekunder. Data primer dikumpulkan secara langsung melalui penyebaran kuesioner yaitu data karakteristik responden, pengetahuan terkait anemia, serta data tinggi badan dan berat badan subjek berdasarkan pengukuran satu bulan terakhir. Data sekunder didapatkan dari tinjauan pustaka. Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti secara langsung.

Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu status gizi

berdasarkan IMT. Pengkategorian status gizi berdasarkan klasifikasi menurut Kemenkes RI (PGN,2014) terdapat tiga kategori status gizi yaitu kurang jika <18,5 , normal jika 18,5 – 25,0 , dan lebih jika >25,0. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu pengetahuan terkait anemia. Pengkategorian pengetahuan berdasarkan klasifikasi menurut Speight & Bradley (2001) terdapat dua kategori pengetahuan yaitu kurang jika <50% dan baik jika skor

≥50%. Pengukuran pengetahuan menggunakan sepuluh soal terkait anemia yang diperoleh dalam penelitian yang dilakukan oleh Mutemmainna, (2019). Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan frekuensi dan proporsi setiap variabel. Untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yaitu pengetahuan terkait anemia dengan status gizi maka digunakan uji Fisher.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Karakteristik Subjek**

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Kelompok usia</b>		
18-20 th	28	62,2
21-24 th	17	37,8
<b>Fakultas</b>		
FBS	16	35,6
FE	7	15,6
FIP	6	13,3
FIS	2	4,4
FMIPA	8	17,8
FT	6	13,3
<b>Pekerjaan ayah</b>		
Tidak bekerja	2	4,4
PNS	3	6,7
Pegawai swasta	4	8,9
Wiraswasta	21	46,7
Buruh	6	13,3
Lainnya	9	20,0
<b>Pekerjaan ibu</b>		
Tidak bekerja/IRT	22	48,9
PNS	5	11,1
Pegawai swasta	2	4,4
Wiraswasta	4	8,9
Buruh	0	0
Lainnya	12	26,7
<b>Pendapatan keluarga</b>		
<Rp. 2.000.000	13	28,9
Rp. 2.000.000 -3.000.000	14	31,1
>Rp. 3.000.000-4.000.000	9	20,0
>Rp. 4.000.000	9	20,0
<b>Sumber informasi</b>		
Tidak ada	11	24,4
1 media	18	40,0
≥ 2 media	16	35,6

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berada di kelompok usia 18-20 tahun yaitu sebanyak 28 responden (62,2%). Mayoritas responden adalah mahasiswa yang berasal dari fakultas Bahasa dan Seni (FBS) yaitu sebanyak 16 responden (35,6%). Mayoritas pekerjaan ayah dan ibu masing-masing responden adalah wiraswasta dan tidak bekerja/IRT (46,7%, 48,9%). Pendapatan keluarga responden paling banyak terdapat pada rentang Rp. 2.000.000 - 3.000.000 dengan frekuensi sebanyak 14 responden (31,1%). Sebagian besar sumber informasi responden dalam mendapatkan informasi terkait anemia yaitu berasal dari satu media dengan frekuensi 18 responden (40,0%).

**Tabel 2. Status Gizi**

Status Gizi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	6	13,3
Normal	34	75,6
Lebih	5	11,1
Total	45	100,0

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa dari 45 responden mahasiswa Universitas Negeri Medan mayoritas memiliki status gizi baik dengan frekuensi sebanyak 34 responden (75,6%). Mahasiswa dengan status gizi kurang dan lebih masing-masing frekuensinya adalah 6 responden (13,3%) dan 5 responden (11,1%). Status gizi dikategorikan menjadi 3 berdasarkan tabel ambang batas indeks

massa tubuh (IMT) (Kemenkes RI, 2019) yaitu kurang, normal, dan lebih. Kategori kurang berada pada rentang 0 - 18,4, kategori normal pada rentang 18,5 - 25,0, dan kategori lebih pada rentang > 25,1. Pada penelitian (Rusman, 2018) dikatakan bahwa status gizi baik adalah persiapan yang sangat penting sebelum menikah agar nantinya lahir penerus bangsa yang sehat dan produktif.

**Tabel 3. Pengetahuan**

Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	17	37,8
Baik	28	62,2
Total	45	100,0

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa dari 45 responden mahasiswa Universitas Negeri Medan mayoritas memiliki pengetahuan terkait anemia yang baik dengan frekuensi sebanyak 28 responden (62,2%), sedangkan responden yang memiliki pengetahuan terkait anemia kurang yaitu sebanyak 17 (37,8%) responden. Pengetahuan menurut Speight & Bradley (2001) dibagi menjadi 2 kategori yaitu kurang dan baik yg dinilai dari 10 pertanyaan yang dijawab oleh responden. Skor 0 – 50 dikatakan memiliki pengetahuan kurang sedangkan skor 51 – 100 dikatakan memiliki pengetahuan baik. Salah satu faktor yang menyebabkan berbagai masalah gizi adalah pengetahuan. Pengetahuan tentang anemia tidak hanya diperoleh melalui pendidikan formal. Kurangnya

pengetahuan tentang anemia dapat menimbulkan sikap yang salah terutama terkait pola makan dan pola hidup. Penelitian serupa juga menemukan bahwa tingkat pengetahuan mahasiswi berhubungan dengan status anemia (Kuswarini, 2016).

Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji statistik uji Fisher untuk melihat hubungan pengetahuan terkait anemia dengan status gizi pada mahasiswi Universitas Negeri Medan.

**Tabel 4. Hubungan Pengetahuan Terkait Anemia dengan Status Gizi Remaja Putri UNIMED.**

Status Gizi	Pengetahuan				P Value
	Kurang		Baik		
	(n)	(%)	(n)	(%)	
Kurang	5	83,3	1	16,7	0,015
Baik	12	35,3	22	64,7	
Lebih	0	0,0	5	100,0	
Jumlah	17	37,8	28	62,2	

Berdasarkan Tabel 4 di atas hasil analisis hubungan pengetahuan terkait anemia dengan status gizi mahasiswi UNIMED diperoleh data bahwa 5 responden dengan pengetahuan kurang memiliki status gizi yang kurang (83,3%). Satu responden dengan pengetahuan baik memiliki status gizi kurang (16,7%), sedangkan 12 responden dengan pengetahuan kurang memiliki status gizi baik (35,3%) dan 22 responden dengan pengetahuan baik memiliki status gizi baik (64,7%). Selain itu, terdapat 5 responden dengan

pengetahuan baik memiliki status gizi lebih (100,0%).

Berdasarkan uji statistik menggunakan uji fisher didapatkan *p-value* 0,015 ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan terkait anemia dengan status gizi mahasiswi UNIMED. Hasil penelitian juga sejalan dengan penelitian Tepriandy & Rochadi (2021) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dan status gizi pada siswa MAN 1 dan MAN 2 Medan. Dikatakan bahwa pemberian edukasi untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi bertujuan memperbaiki kebiasaan makan remaja putri. Hasil ini berbeda dengan penelitian oleh Pantaleon (2019) yang mengatakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dan status gizi remaja putri di SMAN II Kota Kupang. Tidak adanya hubungan antara pengetahuan dan status gizi disebabkan pengetahuan adalah faktor tidak langsung berbeda dengan penyakit infeksi dan asupan makanan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara pengetahuan terkait anemia dengan status gizi pada mahasiswi Universitas Negeri Medan. Adapun upaya pencegahan dan penanggulangan anemia yaitu dengan meningkatkan asupan makan sumber zat besi. Selain itu meningkatkan

pemahaman mengenai pengetahuan seputar anemia juga perlu dilakukan. Perlu adanya penelitian lebih lanjut dari variabel lain seperti hubungan pengetahuan dengan kadar hemoglobin dan lama haid yang belum di diteliti dalam penelitian ini. Perencanaan program seperti mengonsumsi bahan pangan yang kaya akan zat besi untuk mengatasi anemia dapat diprioritaskan untuk mendukung kondisi kesehatan dan gizi pada remaja putri dalam hal ini mahasiswi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2016). *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Prenadamedia.
- Arumsari, E. (2008). Faktor resiko anemia pada remaja putri peserta program pencegahan dan penanggulangan anemia gizi besi (PPAGB) di kota Bekasi. *Skripsi*.
- Dieniyah, P., Sari, M. M., & Avianti, I. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMK Analisis Kimia Nusa Bangsa Kota Bogor Tahun 2018. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 151–158.
- Fairuza, F. (2018). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Status Gizi Dan Frekuensi Makan Dengan Anemia Pada Remaja Putri Di Akademi Kebidanan Salsabila Serang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 2(2), 34–42.
- Hasyim, A. N., Mutalazimah, M., & Muwakhidah, M. (2018). Pengetahuan Risiko, Perilaku Pencegahan Anemia dan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri. *Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 28–33.
- Kusmiran, E. (2016). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Salemba Medka.
- Kuswarini, D. I. F. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Angka Kejadian Anemia Gizi Besi Pada Mahasiswi. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 89–98.
- Mutemmainna. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kejadian Anemia Pada Siswa Siswi Di SMA Muhammadiyah Lubuk Pakam. *Skripsi*.
- Pantaleon, M. G. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri II Kota Kupang. *CHMK Health Journal*, 3(September), 69–76.
- Rusman, A. D. P. (2018). Pola Makan Dan Kejadian Anemia Pada Mahasiswi Yang Tinggal Di Kos-Kosan. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan*

*Kesehatan, 1(2), 144–151.*

Tepriandy, S., & Rochadi, R. K. (2021).

Hubungan pengetahuan dan sikap dengan status gizi siswa MAN Medan pada masa pandemi COVID-19. *Tropical Public Health Journal, 1, 43–49.*