

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA

by Rizka Annisatul Azizah

Submission date: 27-Aug-2025 02:07PM (UTC+0700)

Submission ID: 2736043581

File name: NEW_Plagiarisme_Skripsi_Rizka_Annisatul_Azizah_202207037.docx (281.81K)

Word count: 6162

Character count: 42477

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
UNIVERSITAS YOGYAKARTA

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 KALIBAWANG**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Program Studi Kebidanan (S-1) Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

RIZKA ANNISATUL AZIZAH
202207037

PROGRAM STUDI KEBIDANAN S-1
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
TAHUN 2024/2025

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

¹⁷ Masa remaja, yang berlangsung antara usia 10 hingga 19 tahun, merupakan periode transisi penting dengan perubahan fisik dan psikis yang signifikan. Fase ini ditandai dengan pertumbuhan cepat yang meningkatkan kebutuhan nutrisi untuk mendukung perkembangan optimal. Namun, perubahan tersebut sering kali memicu masalah kesehatan, salah satunya anemia, yang menjadi ancaman serius bagi remaja putri (Syabani & Suryaaamah, 2023). Remaja putri termasuk kelompok rentan karena faktor fisiologis, seperti menstruasi, dan pola makan yang sering tidak seimbang. Anemia didefinisikan sebagai ²⁸ kondisi medis dengan jumlah sel darah merah atau hemoglobin (Hb) di bawah normal, yaitu <12 g/dL untuk remaja putri, yang dapat mengganggu kesehatan dan produktivitas (Adiyani et al., 2020). Prevalensi anemia yang tinggi di kalangan remaja menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap kelompok ini.

Menstruasi meningkatkan risiko anemia ³⁶ pada remaja putri karena kehilangan zat besi yang signifikan, terutama pada siklus dengan volume darah banyak atau durasi panjang (Afiah & Syafriani, 2022). Asupan makanan yang kurang memadai, sering kali akibat pembatasan konsumsi untuk menjaga bentuk tubuh, menyebabkan ³⁸ defisiensi zat besi, vitamin B12, dan asam folat (Nurjannah & Putri, 2021). ³ Data Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi anemia pada remaja 13-18 tahun sebesar 22,7%, dengan angka lebih tinggi di DIY sebesar 36% pada 2021 (Fadila Putri & Risca Fauzia, 2022).

²⁷ Status gizi memiliki hubungan erat dengan kejadian anemia pada remaja putri karena kekurangan makronutrien dan mikronutrien, seperti zat besi, mengganggu sintesis hemoglobin, memicu anemia defisiensi besi (Pasaina & Dianne, 2019). Remaja dengan IMT rendah sering kekurangan nutrisi, sedangkan remaja dengan IMT berlebih mengonsumsi makanan tinggi karbohidrat dan lemak namun rendah mikronutrien, menghambat penyerapan zat besi (Pasaina & Dianne, 2019). Profil Kesehatan Indonesia (2018) mencatat prevalensi gizi kurang pada

remaja 13-15 tahun sebesar 8,7% dan 16-18 tahun sebesar 8,1%, dengan obesitas masing-masing 11,9% dan 13,5%. Tubuh manusia menyimpan sekitar 4000 mg zat besi, dengan 2500 mg dalam hemoglobin dan 1000 mg sebagai ferritin di hati (Akademi Kebidanan Permata Husada, 2020). Asupan zat besi yang kurang menyebabkan penggunaan cadangan ferritin, berisiko anemia jika cadangan habis.

Pemerintah Indonesia telah mengatasi anemia pada remaja melalui suplementasi tablet penambah darah (60-120 mg/hari) untuk mencegah dampak buruk pada ibu dan bayi (Estri & Cahyaningtyas, 2021). Namun, program serupa untuk remaja putri melalui UKS masih terbatas, meskipun edukasi dan intervensi gizi penting untuk mencegah anemia sejak dini (Janah et al., 2021). Minimnya perhatian pada remaja putri meningkatkan risiko anemia hingga dewasa, padahal status gizi optimal saat remaja mendukung kehidupan sehat dan mempersiapkan mereka sebagai calon ibu yang sehat. Perluasan edukasi dan suplementasi diperlukan untuk menjangkau kelompok ini.

Anemia pada remaja yang tidak ditangani menyebabkan pusing, lemas, sulit berkonsentrasi, menurunkan prestasi akademik dan kualitas hidup, serta meningkatkan risiko kematian ibu, kelahiran prematur, dan bayi berat badan rendah saat dewasa (Wauyo & Daud, 2022). Prevalensi anemia global mencapai 40-88% (WHO, 2015), dengan angka nasional Indonesia 48,9% (Riskesmas, 2018). Di DIY, prevalensi tertinggi di Kulon Progo (73,8%) dan Bantul (54,8%), termasuk kategori tinggi menurut WHO (>40%) (Fadila Putri & Risca Fauzia, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan melalui wawancara terhadap 10 siswa di SMP N 2 Kalibawang di dapat 60% di antaranya pernah mengalami anemia. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh pola makan yang kurang seimbang seperti melakukan diet ketat tanpa memperhatikan asupan gizi, serta kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji (*junk food*) yang rendah kandungan zat besi dan nutrisi penting lainnya. Mereka juga melaporkan frekuensi makan kurang dari tiga kali sehari, sehingga kebutuhan gizi tidak seimbang dan status gizi tidak optimal. Dari 60% tersebut, 40% sering mengeluh pusing dan berkunang-kunang, sedangkan 20% sisanya lainnya meskipun teridentifikasi anemia, memiliki berat badan normal, frekuensi makan baik, status gizi yang

optimal, dan tidak menunjukkan gejala anemia secara fisik. Berdasarkan temuan ini, peneliti tertarik meneliti "Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Kalibawang".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: "Apakah Ada Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Kalibawang?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Kalibawang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan menstruasi, kebiasaan sarapan, makanan favorite, riwayat penyakit asma pada remaja putri di SMP N 2 Kalibawang.
- b. Mengetahui status gizi remaja pada putri di SMP N 2 Kalibawang.
- c. Mengetahui kejadian anemia pada remaja putri di SMP N 2 Kalibawang.
- d. Mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA N 2 Kalibawang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk memberikan informasi yang menarik di perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta sehingga bermanfaat bagi para mahasiswa yang merupakan calon tenaga kesehatan, khususnya untuk para calon bidan yang nantinya akan memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Adanya penelitian ini agar dapat bermanfaat bagi responden yaitu dapat memberikan wawasan dan informasi pada remaja putri di SMP Negeri 2 Kalibawang tentang hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja. Disamping itu, juga dapat memberikan pengetahuan tentang pentingnya gizi seimbang bagi remaja untuk kebutuhan perkembangan tubuh.

b. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat memberi manfaat berupa info dan wawasan pada remaja mengenai hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja.

c. Bagi Peneliti

Manfaat hasil penelitian bagi peneliti yaitu dapat menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman dalam melaksanakan penelitian serta dapat menambah pengetahuan tentang cara berfikir secara ilmiah

d. Bagi peneliti selanjutnya

Adanya penelitian ini dapat menambah pengetahuan bagi peneliti dan diharapkan dapat dijadikan pengalaman, masukan dan referensi sehingga peneliti dapat menerapkan pengalaman-pengalaman ilmiah yang diperoleh untuk melakukan penelitian yang akan datang.

15 E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

| No | Peneliti (Tahun) | Judul Penelitian | Metode Penelitian | Hasil Penelitian | Perbedaan dan Persamaan |
|----|--|---|---|---|--|
| 1 | Ridni Husnah, Fitriani, Angellisa Lammabue Panjaitan (2023) | 4 Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja | Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelatif, dan desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>cross sectional</i> . | 23 Hasil penelitian Ridni Husnah, Fitriani, Angellisa Lammabue Panjaitan (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pulau Panjang 2023. | Perbedaan : Jumlah sampel, tempat dan waktu penelitian, dan kriteria inklusi berbeda. Persamaan: Sama-sama meneliti hubungan status gizi dengan anemia pada remaja putri, menggunakan desain <i>cross sectional</i> , variabel IMT dan anemia dengan Hb. |
| 2 | Yuni Isnaini Nurazzah, Agung Nugroho, Nor Eka Noviani (2022) | Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri | 3 Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang bersifat survey analitik dengan desain <i>cross sectional</i> . | 5 Hasil penelitian Yuni Isnaini Nurazzah, Agung Nugroho, Nor Eka Noviani (2022) menunjukkan bahwa berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti adalah terdapat hubungan terhadap status gizi dengan kejadian anemia pada remaja di SMA Negeri 1 Way Tenong, Lampung Barat berdasarkan pada uji <i>Chi-Square</i> dengan <i>p-value</i> sebesar 0,000 ($p < 0,1$). | Perbedaan : Jumlah sampel, tempat dan waktu penelitian, dan teknik sampling berbeda. Persamaan: yaitu meneliti remaja putri, variabel dan metode sama (<i>status gizi</i> dengan anemia, uji <i>Chi-Square</i>). |

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
PERPUSTAKAAN
YOGYAKARTA

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| 3 | <p>(Rahmawati & Fauziyah, 2023)</p> <p>1 Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Jalan Ery Suparjan Kelurahan Sempaja Utara Kota Samarinda</p> | <p>Penelitian ini adalah jenis kuantitatif yang bersifat observasi analitik dengan rancangan penelitian <i>cross sectional</i>. Populasi penelitian ini adalah remaja putri di Jalan Ery Suparjan Kelurahan Sempaja Utara Kota Samarinda menggunakan teknik <i>Probability Sampling jenis Simple Random Sampling</i>.</p> | <p>Analisis secara bivariat dengan menggunakan uji statistik <i>Chi-square test</i>. Diperoleh nilai <i>p-value</i> $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Jalan Ery Suparjan Kelurahan Sempaja Utara Kota Samarinda.</p> | <p>Perbedaan: Jumlah sampel, tempat, waktu penelitian dan pendekatan yang berbeda. Perbedaan: Sama-sama fokus pada status gizi dan anemia, responden remaja putri, metode <i>cross sectional</i>, analisis Chi-Square.</p> |
|---|--|---|---|--|

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *Non-Eksperimental* dengan desain penelitian *cross sectional* yaitu untuk mengetahui status gizi dengan kejadian anemia di SMP Negeri 2 Kalibawang. Pendekatan *cross sectional* yaitu dimana obyek penelitian diukur dan data dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2019).

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Penelitian ini telah dilaksanakan di SMP N 2 Kalibawang, Yogyakarta. SMP N 2 Kalibawang dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang mewakili wilayah Kabupaten Kulon Progo

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 30 Juli 2025 dengan mengambil data dan sampel dari siswa SMP N 2 Kalibawang.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi, menurut Sugiyono (2021:126), adalah suatu subjek atau objek dalam jumlah tertentu yang dipilih oleh peneliti untuk dipelajari sebelum sampai pada kesimpulan. Penelitian ini melibatkan semua remaja putri kelas VIII SMP Negeri 2 Kalibawang yang berjumlah 37 orang, termasuk 12 orang dari kelas VIII A, 14 orang dari kelas VIII B, dan 11 orang dari kelas VIII C.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2021:127), sampel adalah karakteristik bagian yang dimiliki oleh populasi. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan *total sampling* karena populasinya yang relatif kecil. Menurut Sugiyono (2017), teknik pengambilan *total sampling* menggunakan semua orang dalam populasi. Alasan

mengambil *total sampling* yaitu jumlah populasi yang kurang dari 100, maka seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Karena jumlah populasi yang akan diteliti kurang dari 100 yaitu berjumlah 37 orang, peneliti memutuskan untuk menggunakan semua anggota populasi sebagai sampel penelitian.

24 a. Kriteria Inklusi

- 1) Bersedia menjadi sampel dan menandatangani *informed consent*
- 2) Tidak sedang dalam kondisi sakit berdasarkan pernyataan pribadi dan pengamatan umum (tidak demam, tidak pingsan, atau menunjukkan gejala sakit saat pengumpulan data).
- 3) Bersedia dilakukan pengecekan hemoglobin (Hb)

7 D. Variabel Penelitian

Variabel merupakan sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau aturan yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang sesuatu konsep penelitian tertentu (Notoatmodjo, 2019). Variabel pada penelitian ini adalah status gizi sebagai variabel bebas dan kejadian anemia sebagai variabel terikat.

11 1. Variabel bebas (*Independent Variable*)

Variabel bebas atau independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2019). Variabel independen dalam penelitian ini adalah status gizi remaja. Variabel status gizi diperoleh dengan pengukuran tinggi badan dan berat badan dan penghitungan status gizi dengan rumus Indeks Massa Tubuh (IMT).

2. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat atau dependen merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Sugiyono, 2019). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kejadian anemia. Kejadian anemia diperoleh dari pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah responden.

E. Definisi Operasional Variabel

Tabel 3.1 Definisi Operasional

| Variabel | Definisi Operasional | Alat Ukur | Skala Ukur | Hasil Ukur |
|-----------------------|---|--|------------|---|
| 1. Status Gizi Remaja | Keadaan tubuh yang mencerminkan keseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan tubuh, ditentukan berdasarkan pengukuran indeks massa tubuh (IMT) hasil perhitungan berat badan (kg) dibagi tinggi badan kuadrat (m ²). | Timbangan badan dan alat ukur tinggi badan | Ordinal | 1. Kurang (<18,5) 2. Normal (18,5-25,0) 3. Gemuk (25,0-27,0) 4. Obesitas (>27,0) |
| 2. Kadar Hemoglobi | Kadar hemoglobin (Hb) dalam darah yang menunjukkan status anemia pada seseorang, berdasarkan nilai konsentrasi Hb dalam satuan gram per desiliter (g/dl). | Easy Touch | Ordinal | 1. >12 gr/dl (normal) 2. 11-11,9 gr/dl (anemia ringan) 3. 8-10,9 gr/dl (anemia sedang) 4. <8 gr/dl (anemia berat) (WHO, 2024). |

F. Alat Dan Bahan

1. Alat
 - a. Lembar IMT dan lembar pemeriksaan kadar hemoglobin
 - b. Lembar informed consent
 - c. Alat uji hemoglobin atau easy touch (KEMENKES RI AKL No: 20101710009)
 - d. Strip hemoglobin
 - e. Blood lancet
 - f. Timbangan berat badan
 - g. Alat ukur tinggi badan

2. Bahan
 - a. Kapas
 - b. Alkohol swab
 - c. Handscoon

G. Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan
 - a. Mencari dan mengumpulkan data awal seperti dari jurnal, artikel, baik dari buku untuk mencari dan mengobservasi masalah yang ada di sekitar untuk pendukung dalam penulisan proposal.
 - b. Mengajukan judul penelitian kepada dosen pembimbing dan meminta persetujuan judul proposal penelitian.
 - c. Peneliti membuat proposal mengenai hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP N 2 Kalibawang Kulonprogo.
 - d. Mengajukan surat izin untuk melakukan studi pendahuluan ke SMP N 2 Kalibawang dari Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
 - e. Peneliti mengurus surat izin ke (Kepala Sekolah atau Dewa Guru) SMP N 2 Kalibawang Kulonprogo.
 - f. Melakukan Studi pendahuluan ke SMP N 2 Kalibawang pada tanggal 18 Juni 2025 dan melakukan pengumpulan data.
 - g. Menyusun proposal penelitian dan konsultasi dengan pembimbing serta melakukan revisi.
 - h. Melakukan pengajuan permohonan melakukan seminar proposal penelitian
 - i. Peneliti melakukan seminar proposal untuk mempresentasikan proposal kepada pembimbing dan penguji.
2. Pelaksanaan
 - a. Melakukan perbaikan proposal sesuai saran saat mempresentasikan proposal
 - b. Mengurus surat izin pelaksanaan penelitian

- c. Melakukan kunjungan ke SMP N 2 Kalibawang Kulonprogo dan meminta izin kepada kepala sekolah untuk melakukan penelitian di SMP N 2 Kalibawang Kulonprogo.
 - d. Melakukan penelitian pada tanggal 30 Juli 2025 di SMP N 2 Kalibawang Kulonprogo.
 - e. Memberikan penjelasan mengenai tujuan peneliti kepada responden yang ada di SMP tersebut.
 - f. Memberikan informed consent sebagai salah satu syarat bersedia untuk menjadi responden.
 - g. Peneliti melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan dan selanjutnya peneliti melakukan pengecekan kadar hemoglobin menggunakan Easy Touch.
 - h. Melakukan pengolahan data yang telah di dapatkan di SMP N 2 Kalibawang Kulonprogo.
 - i. Melakukan penyusunan skripsi dengan data yang telah didapatkan.
3. Tahap Penyelesaian
- a. Peneliti melakukan pengecekan data untuk memastikan kelengkapan semua informasi yang terkumpul
 - b. Memberikan kode untuk melakukan koding pada data yang tersedia.
 - c. Input data kedalam perangkat lunak seperti Microsoft Excel dan kemudian memasukan ke program SPSS
 - d. Melakukan analisis variabel penelitian menggunakan SPSS
 - e. Menyusun laporan hasil skripsi dalam bentuk Bab IV dan Bab V
 - f. Mengecek hasil plagiarisme dan memastikan plagiarisme maksimal 25%
 - g. Menyajikan hasil laporan dalam seminar kepada dosen penguji skripsi, melakukan revisi skripsi pada laporan skripsi sesuai dengan arahan dari dosen penguji dan pembimbing skripsi.
 - h. Cek plagiasi naskah publikasi dan melengkapi syarat-syarat yudisium kelulusan
 - i. Mencetak hasil skripsi sesuai ketentuan
 - j. Mengumpulkan hasil skripsi

H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Metode pengolahan data

Data yang diperoleh dan sudah dikumpulkan lalu dilakukan suatu kegiatan pengolahan data yaitu meliputi *editing*, *coding*, *entry*, *cleaning*, dan analisis data.

a. Proses *Editing*

Editing data yaitu meneliti kembali data yang terkumpul dan sudah diisi oleh responden.

b. Proses *Coding*

Coding atau pemberian kode adalah pengklasifikasian jawaban yang diberikan oleh responden sesuai dengan macamnya. Dalam tahap ini biasanya dilakukan pemberian skor dan simbol pada jawaban responden agar nanti bisa lebih mudah dalam pengolahan data.

1) *Coding* IMT (Indeks Massa Tubuh)

- a) 1 : Kurang (<18,5)
- b) 2 : Normal (18,5-25,0)
- c) 3 : Gemuk (25,0-27,0)
- d) 4 : Obesitas (>27,0)

2) *Coding* kadar Hb

- a) 1 : Normal (>12 gr/dl)
- b) 2 : Anemia ringan (11-11,9 gr/dl)
- c) 3 : Anemia sedang (8-10,9 gr/dl)
- d) 4 : Anemia berat (<8 gr/dl)

c. *Entry Data*

Entry data yaitu setelah data diberi pengkodean, data kemudian dimasukkan dalam program komputer dengan program SPSS untuk selanjutnya diolah.

d. *Cleaning*

Data yang sudah dimasukan kedalam komputer dilakukan pengecekan serta pembersihan sehingga dapat diperbaiki jika ada kesalahan sebelum dilakukan analisis data.

e. *Tabulating*

Tabulating yaitu data disusun dalam tabel untuk memudahkan dalam menganalisis.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat bermanfaat untuk menguraikan karakteristik dari suatu variable (Notoatmodjo, 2012). Analisis univariat digunakan untuk memperoleh gambaran dari setiap variable. Rumus univariat yaitu :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

- P : Presentase yang dicari
- F : Jumlah frekuensi setiap responden
- N : Jumlah sampel penelitian

b. Analisis Bivariat

Uji Chi-Square dipilih karena jenis data yang digunakan adalah data kategorik, baik pada variabel status gizi (kurang, normal, gemuk, obesitas) maupun variabel kejadian anemia (normal, anemia ringan, sedang, berat). Uji ini sesuai untuk menguji hubungan dua variabel kategorik dalam bentuk tabel kontingensi (*cross-tabulation*), serta dapat menunjukkan ada tidaknya hubungan yang signifikan secara statistik antara kedua variabel tersebut.

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Kalibawang yang beralamat di Jl. Nanggulan Mendut, Ngujon, Banjarharjo, Kecamatan Kalibawang, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta 55672. Sekolah ini berada di bawah naungan Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga Kabupaten Kulon Progo dan menjadi salah satu pusat pendidikan tingkat menengah pertama di wilayah Kecamatan Kalibawang. Lokasinya yang strategis memudahkan akses bagi siswa dari berbagai dusun di sekitarnya. Berdasarkan data sekolah, SMP Negeri 2 Kalibawang memiliki total 90 siswa di kelas VIII, dengan 37 di antaranya merupakan remaja putri, yang menjadi sasaran utama dalam penelitian ini.

Dalam mendukung kesehatan siswa, sekolah melaksanakan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yang terintegrasi dengan Puskesmas Kalibawang. Kegiatan UKS di sekolah meliputi:

- a. pemeriksaan kesehatan berkala,
- b. pengukuran berat badan dan tinggi badan,
- c. pemantauan status gizi,
- d. pemeriksaan hemoglobin (Hb), serta
- e. pemberian tablet tambah darah bagi remaja putri.

Data hasil pemeriksaan tersebut dimanfaatkan dalam penelitian ini untuk menganalisis hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia. Dukungan dari pihak sekolah dan tenaga kesehatan setempat memungkinkan pengambilan data dilakukan secara terstruktur, akurat, dan sesuai prosedur.

a. Visi

“ Terwujudnya Generasi Yang Berkarakter, Unggul Dalam Imtaq , Iptek , Terampil, Kreatif Dan Berwawasan Lingkungan ”

Dengan indikator sebagai berikut :

- 1) Lulusan SMP Negeri 2 Kalibawang memiliki karakter dan unggul dalam hal keimanan dan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
 - 2) Lulusan SMP Negeri 2 Kalibawang memiliki karakter dan unggul dalam bidang Teknologi Informasi dan Komunikasi, serta kearifan lokal
 - 3) Lulusan SMP Negeri 2 Kalibawang memiliki karakter dan unggul dalam meningkatkan prestasi akademik .
 - 4) Lulusan SMP Negeri 2 Kalibawang memiliki karakter dan unggul dalam berbagai lomba, baik tingkat kecamatan, kabupaten, maupun provinsi.
 - 5) Lulusan SMP Negeri 2 Kalibawang memiliki karakter dan unggul dalam apresiasi seni dan budaya lokal.
 - 6) Lulusan SMP Negeri 2 Kalibawang memiliki karakter dan kepedulian dalam menghargai lingkungan hidup di sekitarnya.
 - 7) Terwujudnya pendidikan yang mengedepankan pembentukan profil pelajara Pancasila yang memiliki enam dimensi utama yaitu :
 - a) Beriman , bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia.
 - b) Mandiri
 - c) Bernalar Kritis
 - d) Kreatif
 - e) Bergotong royong dan
 - f) Berkebhinekaan global.
- b. Misi
- Misi Sekolah SMP Negeri 2 Kalibawang yang ingin dikerjakan adalah :
- 1) Mengembangkan dan memanfaatkan Teknologi Informasi dan Komunikasi sebagai sarana dan sumber belajar, serta mengembangkan kearifan lokal yang berkarakter
 - 2) Menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran agama yang dianut dan budaya bangsa sehingga menjadi sumber kearifan dalam bertindak.

- 3) Menyelenggarakan pembelajaran yang efektif, kreatif, dan inovatif
 - 4) Menyelenggarakan kegiatan pembelajaran untuk mengembangkan bakat, minat, dan kemampuan siswa yang berkarakter dalam berbagai lomba.
 - 5) Menyelenggarakan pendidikan berkarakter yang mengembangkan minat siswa dalam bidang seni budaya, olahraga, keterampilan, dan budaya lokal.
 - 6) Menumbuhkan sikap berkarakter untuk menghargai alam dan lingkungan di sekitarnya.
 - 7) Mewujudkan pendidikan yang mengedepankan pembentukan profil pelajara Pancasila yang memiliki enam dimensi utama yaitu :
 - a) Beriman , bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak
 - b) Mandiri
 - c) Bernalar Kritis
 - d) Kreatif
 - e) Bergotong royong dan
 - f) Berkebhinekaan global
- c. Tujuan
- 1) Sekolah mengembangkan budaya religius melalui kegiatan keagamaan.
 - 2) Sekolah memanfaatkan dan memelihara fasilitas dan mendukung proses pembelajaran berbasis TIK
 - 3) Sekolah menerapkan berbagai metode dan model pembelajaran yang menyenangkan serta menerapkan BT3S (budaya bersih, budaya tertib, dan sapa-senyum-salam) dilaksanakan oleh seluruh komponen sekolah.
 - 4) Sekolah dapat mengikuti berbagai lomba di bidang akademik maupun non akademik sesuai minat dan bakat siswa.

- 5) Sekolah menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler sesuai minat dan bakat siswa serta mengupayakan sarana prasarana yang menunjang kegiatan tersebut.
- 6) Sekolah melaksanakan kegiatan penataan lingkungan dan kerja bakti agar memiliki lingkungan belajar yang bersih, rapi, sejuk dan indah.
- 7) Sekolah mewujudkan pendidikan yang mengedepankan pembentukan profil pelajar Pancasila.

2. Hasil

a. Analisis Univariat

1) Karakteristik responden

Karakteristik responden pada penelitian ini meliputi usia dan kelas

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

| Karakteristik Responden | Frekuensi | Persentase (%) |
|------------------------------|-----------|----------------|
| Sedang Menstruasi | | |
| Ya | 7 | 18,9 |
| Tidak | 30 | 81,1 |
| Total | 37 | 100 |
| Kebiasaan Sarapan | | |
| Sarapan | 24 | 64,9 |
| Tidak Sarapan | 13 | 35,1 |
| Total | 37 | 100 |
| Jenis Makanan Favorit | | |
| Olahan Buah | 10 | 27 |
| Olahan Sayur | 8 | 21,6 |
| Junk Food | 19 | 51,4 |
| Total | 37 | 100 |
| Riwayat Penyakit Asma | | |
| Ada | 6 | 16,2 |
| Tidak Ada | 31 | 83,8 |
| Total | 37 | 100 |

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan penelitian yang melibatkan 37 responden, distribusi frekuensi responden berdasarkan kondisi menstruasi menunjukkan mayoritas responden tidak sedang menstruasi yaitu sebanyak 30 responden (81,1%). Sebagian lainnya dalam keadaan menstruasi yaitu

sebanyak 7 responden (18,9%).

Distribusi frekuensi berdasarkan kebiasaan sarapan memperlihatkan bahwa mayoritas responden terbiasa sarapan yaitu sebanyak 24 responden (64,9%). Sebagian kecil responden tidak terbiasa sarapan yaitu sebanyak 13 responden (35,1%).

Berdasarkan jenis makanan favorit, sebagian besar responden menyukai junk food yaitu sebanyak 19 responden (51,4%). Sebagian lainnya menyukai olahan buah sebanyak 10 responden (27%) dan olahan sayur sebanyak 8 responden (21,6%).

Sedangkan distribusi frekuensi berdasarkan riwayat penyakit asma menunjukkan mayoritas responden tidak memiliki riwayat penyakit yaitu sebanyak 31 responden (83,8%). Sementara itu, responden yang memiliki riwayat penyakit berjumlah 6 responden (16,2%).

2) Status gizi

Status gizi remaja di SMP Negeri 2 Kalibawang tercantum pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Status Gizi

| Variabel | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------------|-----------|----------------|
| Status Gizi | | |
| Kurang | 12 | 32,4 |
| Normal | 23 | 62,2 |
| Gemuk | 1 | 2,7 |
| Obesitas | 1 | 2,7 |
| Total | 37 | 100 |

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan data dari SMP Negeri 2 Kalibawang, status gizi 37 responden terlihat bahwa status gizi yang normal sebanyak 23 responden (62,2%). Sebanyak 12 responden (32,2%) memiliki status gizi kurang, dan sisanya responden yang gemuk dan obesitas masing-masing sebanyak 1 responden (2,7%).

3) Kejadian Anemia

Kejadian anemia di SMP Negeri 2 Kalibawang, tercantum pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia

| Variabel | Frekuensi | Presentase (%) |
|------------------------|-----------|----------------|
| Kejadian Anemia | | |
| Normal | 14 | 37,8 |
| Anemia ringan | 11 | 29,7 |
| Anemia sedang | 11 | 29,7 |
| Anemia berat | 1 | 2,7 |
| Total | 37 | 100 |

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan data kadar hemoglobin (HB) dari 37 responden di SMP Negeri 2 Kalibawang, didapati bahwa 14 responden (37,8%) berada pada kadar Hb normal atau tidak mengalami anemia. Responden yang mengalami anemia ringan dan anemia sedang memiliki jumlah yang sama yaitu masing-masing sebanyak 11 responden (29,7%), dan sisanya 1 responden (2,7%) mengalami anemia berat.

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Status Menstruasi dan Anemia

| Variabel | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------------------|-----------|----------------|
| Kejadian Anemia | | |
| Menstruasi dengan Anemia | 3 | 42,8 |
| Menstruasi tidak Anemia | 4 | 57,1 |
| Total | 7 | 100 |

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan karakteristik responden, terdapat 7 remaja putri yang sudah mengalami menstruasi. Dari jumlah tersebut, 3 responden (42,86%) mengalami anemia, sementara 4 responden (57,14%) tidak mengalami anemia. Data ini menunjukkan bahwa sebagian responden yang menstruasi rentan terhadap anemia, meskipun tidak semua. Dari 3 responden yang mengalami anemia di kelompok menstruasi, 2 di antaranya mengalami anemia ringan yaitu Hb 10,5 dan 10,2 g/dL, sedangkan 1 responden mengalami anemia sedang yaitu Hb 8,9 g/dL.

| | N | % | N | % | N | % | N | % | N | % |
|--------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|----------|------------|------------|------------|
| 1. Kurang | 5 | 13,5 | 3 | 8,1 | 3 | 8,1 | 1 | 2,7 | 12 | 32,4 |
| 2. Normal | 9 | 24,3 | 7 | 18,9 | 7 | 18,9 | 0 | 0,0 | 23 | 62,2 |
| 3. Gemuk | 0 | 0,0 | 1 | 2,7 | 0 | 0,0 | 0 | 0,0 | 1 | 2,7 |
| 4. Obesitas | 0 | 0,0 | 0 | 0,0 | 1 | 2,7 | 0 | 0,0 | 1 | 2,7 |
| Total | 14 | 37,8 | 11 | 29,7 | 11 | 29,7 | 1 | 0,0 | 2,7 | 100 |

Sumber: Data primer, 2025

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bawa remaja dengan status gizi kurang yang tidak mengalami anemia sebanyak 5 responden (13,5%), mengalami anemia ringan dan anemia sedang masing-masing sebanyak 3 responden (8,1%) dan anemia berat sebanyak 1 responden (2,7%). Remaja dengan status gizi normal yang tidak mengalami anemia sebanyak 9 responden (24,3%), mengalami anemia ringan dan anemia sedang masing-masing sebanyak 7 responden (18,9%) dan tidak ada yang mengalami anemia berat. Remaja dengan status gizi gemuk mengalami anemia ringan sebanyak 1 responden (9,1%) dan remaja dengan status gizi obesitas mengalami anemia berat sebanyak 1 responden (9,1%).

Dapat diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan anemia pada remaja putri, dilihat dari *p-value* 0,637. Analisis lebih lanjut menggunakan koefisien korelasi menunjukkan nilai R sebesar 0,399 yang mengindikasikan adanya hubungan yang rendah antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja.

B. Pembahasan

1. Analisis Karakteristik Responden

a. Menstruasi

Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 2 Kalibawang tidak sedang mengalami menstruasi saat dilakukan pemeriksaan (18,1%). Kondisi ini berpengaruh pada kadar hemoglobin, karena menstruasi diketahui sebagai faktor risiko terjadinya anemia akibat kehilangan darah secara rutin setiap bulan. Namun, meskipun mayoritas responden tidak sedang menstruasi,

masih ditemukan kasus anemia, yang mengindikasikan bahwa faktor lain seperti asupan gizi dan pola makan juga berperan.

b. Kebiasaan Sarapan

Dilihat dari kebiasaan sarapan, lebih dari separuh responden (64,9%) terbiasa sarapan, sedangkan 35,1% lainnya tidak sarapan. Sarapan sangat penting karena berkontribusi terhadap kecukupan energi harian dan asupan zat besi. Tidak terbiasa sarapan dapat menurunkan asupan gizi, sehingga meningkatkan risiko terjadinya anemia pada remaja.

c. Jenis Makan Favorit

Pada jenis makanan favorit, mayoritas responden lebih menyukai makanan cepat saji atau junk food (51,4%). Junk food umumnya tinggi karbohidrat dan lemak, namun rendah kandungan zat besi, vitamin, dan mineral yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin. Hal ini dapat menjadi salah satu penyebab tingginya angka anemia pada remaja meskipun status gizinya tidak selalu tergolong kurang. Sebaliknya, responden yang lebih banyak mengonsumsi buah dan sayur berpotensi memiliki status gizi dan kadar Hb yang lebih baik, karena kandungan vitamin C dalam buah dan sayur dapat membantu penyerapan zat besi.

d. Riwayat Penyakit Asama

Sementara itu, berdasarkan riwayat penyakit, sebagian besar responden (78,4%) tidak memiliki riwayat penyakit, dan hanya 21,6% yang memiliki. Kondisi kesehatan umum yang baik seharusnya dapat mendukung status gizi optimal dan kadar Hb normal. Namun, adanya riwayat penyakit (misalnya infeksi atau penyakit kronis) pada sebagian kecil responden tetap dapat memengaruhi penyerapan zat gizi dan menurunkan kadar hemoglobin.

2. Status Gizi Remaja

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa dari 37 responden remaja di SMP Negeri 2 Kalibawang terdapat remaja dengan status gizi

kurang sebanyak 12 orang (32,4%), status gizi normal sebanyak 23 orang (62,2%), serta status gizi gemuk dan obesitas masing-masing sebanyak 1 orang (2,7%). Data ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki status gizi normal, namun masih terdapat proporsi yang cukup besar dengan status gizi kurang.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Ambarwati & Pangesti (2018) yang menyatakan bahwa status gizi kurang berhubungan dengan kejadian anemia, karena kekurangan asupan gizi dapat menyebabkan defisiensi zat besi, protein, vitamin B12, dan asam folat yang merupakan komponen penting dalam pembentukan hemoglobin. Remaja dengan status gizi kurang umumnya mengalami ketidakseimbangan antara kebutuhan dan asupan gizi, terutama pada masa pertumbuhan pesat yang memerlukan energi, protein, dan zat gizi mikro dalam jumlah lebih tinggi.

Status gizi kurang pada remaja dapat menimbulkan berbagai masalah, seperti terganggunya pertumbuhan fisik, penurunan daya tahan tubuh, mudah lelah, menurunnya konsentrasi belajar, serta peningkatan risiko terkena penyakit infeksi. Dari sisi kesehatan jangka panjang, gizi kurang pada masa remaja dapat menghambat pencapaian tinggi badan optimal, menurunkan massa otot, dan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit kronis di usia dewasa.

Dapat disimpulkan bahwa proporsi remaja dengan status gizi kurang di SMP Negeri 2 Kalibawang cukup mengkhawatirkan, mengingat masa remaja merupakan periode kritis untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Kondisi ini dapat disebabkan oleh kebiasaan makan yang kurang seimbang, pola konsumsi yang tinggi karbohidrat sederhana namun rendah protein dan mikronutrien, kurangnya pengetahuan gizi, serta pengaruh lingkungan sosial seperti teman sebaya dan tren makanan cepat saji. Intervensi gizi yang tepat, edukasi pola makan sehat, dan peningkatan aktivitas fisik perlu dilakukan untuk mencegah dampak jangka panjang termasuk risiko anemia.

3. Kejadian Anemia Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian, dari 37 responden remaja putri di SMP Negeri 2 Kalibawang, diketahui bahwa 14 responden (37,8%) memiliki kadar hemoglobin normal, 11 responden (29,7%) mengalami anemia ringan, 11 responden (29,7%) mengalami anemia sedang, dan 1 responden (2,7%) mengalami anemia berat. Temuan ini menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri cukup tinggi, yaitu mencapai 62,2% jika digabungkan dari kategori anemia ringan, sedang, dan berat. Anemia adalah kondisi berkurangnya jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin di bawah normal, sehingga kapasitas darah untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh berkurang. Pada remaja putri, anemia dapat menurunkan daya konsentrasi, menurunkan performa belajar, memicu kelelahan, dan dalam jangka panjang dapat memengaruhi kesehatan reproduksi di masa depan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Suryani & Fitriani (2020) di SMP Negeri 3 Pontianak yang juga melaporkan tingginya prevalensi anemia pada remaja putri. Meskipun hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dan anemia ($p = 0,637$), kejadian anemia tetap harus menjadi perhatian utama mengingat sifatnya yang multifaktorial. Faktor penyebab anemia pada remaja putri tidak hanya berasal dari kekurangan zat besi, tetapi juga dapat dipicu oleh kehilangan darah akibat menstruasi yang berlebihan, kebiasaan mengonsumsi makanan rendah zat besi, pola makan yang tidak teratur, konsumsi teh atau kopi yang menghambat penyerapan zat besi, infeksi cacing usus, dan rendahnya kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).

Tingginya angka anemia pada remaja putri memiliki implikasi kesehatan yang luas. Pada masa remaja, tubuh mengalami pertumbuhan pesat yang meningkatkan kebutuhan zat gizi, termasuk zat besi. Jika kebutuhan ini tidak terpenuhi, risiko anemia akan meningkat dan dapat mengganggu perkembangan fisik, mental, serta produktivitas belajar. Oleh karena itu, pencegahan anemia pada remaja putri perlu dilakukan secara menyeluruh, meliputi edukasi gizi seimbang, peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi seperti daging merah, hati, dan sayuran hijau, pembiasaan mengonsumsi

buah-buahan tinggi vitamin C untuk membantu penyerapan zat besi, pembagian dan pengawasan konsumsi TTD secara teratur di sekolah, serta pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala untuk deteksi dini. Upaya ini diharapkan dapat menurunkan angka anemia pada remaja putri dan mempersiapkan mereka menjadi calon ibu yang sehat di masa mendatang.

4. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP N 2 Kalibawang

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Kalibawang. Berdasarkan hasil tabulasi silang pada tabel 4.4, dari 37 responden, sebanyak 14 responden (37,8%) memiliki kadar hemoglobin normal, 11 responden (29,7%) mengalami anemia ringan, 11 responden (29,7%) mengalami anemia sedang, dan 1 responden (2,7%) mengalami anemia berat. Uji Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,637 (>0,05)$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan kejadian anemia. Hasil ini diperkuat oleh nilai koefisien korelasi $R = 0,399$ yang mengindikasikan hubungan rendah antar variabel.

Tidak adanya hubungan signifikan ini menunjukkan bahwa kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Kalibawang kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain di luar status gizi, meskipun hal ini masih berupa dugaan yang memerlukan penelitian lebih lanjut. Faktor-faktor tersebut dapat meliputi pola menstruasi, asupan zat besi harian, kebiasaan makan yang mempengaruhi penyerapan nutrisi, hingga kemungkinan infeksi parasit. Beberapa penelitian sebelumnya juga menemukan bahwa anemia pada remaja putri dapat terjadi meskipun status gizinya berada pada kategori normal. Salah satunya yaitu penelitian Fatmawati dkk. (2024) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara status gizi maupun pengetahuan dengan anemia pada remaja putri. Kondisi ini dapat dijelaskan karena status gizi yang diukur dengan indikator IMT lebih menggambarkan kecukupan zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak),

sedangkan anemia lebih erat berkaitan dengan zat gizi mikro, khususnya zat besi, asam folat, dan vitamin B12.

Penelitian Aryanti dkk. (2023) juga mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Sudi tersebut menekankan bahwa faktor lain seperti kehilangan darah saat menstruasi, kebiasaan diet ketat untuk menjaga bentuk tubuh, konsumsi makanan instan atau jajanan yang rendah zat gizi, serta kebiasaan minum teh saat makan yang menghambat penyerapan zat besi, lebih berperan dalam terjadinya anemia pada remaja. Selain itu, faktor lingkungan dan infeksi juga turut berkontribusi terhadap risiko anemia, terutama pada remaja putri yang tinggal di daerah dengan sanitasi kurang baik. Dengan demikian, kejadian anemia pada remaja putri bukan hanya dipengaruhi oleh status gizi secara umum, tetapi lebih kompleks karena melibatkan interaksi antara faktor biologis, perilaku, dan lingkungan.

Anemia pada remaja putri dapat didefinisikan sebagai kondisi ketika kadar hemoglobin berada di bawah 12 g/dL, dengan penyebab paling umum adalah defisiensi zat besi (WHO, 2023). Kekurangan zat besi menghambat pembentukan hemoglobin sehingga menurunkan kemampuan darah membawa oksigen. Gejala yang dapat muncul meliputi kelelahan, pucat, pusing, dan gangguan konsentrasi belajar. Dampak jangka panjang anemia, khususnya pada remaja putri, dapat mempengaruhi pertumbuhan, produktivitas, serta berpotensi meningkatkan risiko komplikasi kehamilan di masa mendatang.

Hasil penelitian ini juga mendukung temuan Putri dkk. (2021) pada remaja putri di Kota Bandung yang melaporkan prevalensi anemia tinggi meskipun mayoritas responden memiliki status gizi normal. Hal ini mengindikasikan bahwa status gizi yang diukur dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) belum tentu menggambarkan cadangan zat besi dalam tubuh. Faktor kualitas makanan, ketersediaan zat gizi mikro, serta perilaku konsumsi makanan kaya zat besi justru memiliki pengaruh yang lebih langsung terhadap kadar hemoglobin.

Temuan di SMP Negeri 2 Kalibawang menunjukkan bahwa anemia masih cukup sering terjadi pada remaja putri, baik pada mereka dengan status gizi kurang, normal, maupun berlebih. Kondisi ini memberi gambaran bahwa masalah anemia pada remaja tidak bisa dilihat dari satu sisi saja, melainkan perlu dipahami secara lebih menyeluruh. Dengan memahami berbagai kemungkinan penyebabnya, diharapkan langkah-langkah yang diambil nantinya dapat lebih tepat sasaran untuk mengurangi angka kejadian anemia pada kelompok usia ini.

C. Keterbatasan penelitian

Dalam penelitian ini peneliti memiliki keterbatasan dalam melaksanakan penelitian antara lain:

1. Pada penelitian ini pengukuran status gizi hanya menggunakan penghitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) berdasarkan berat badan dan tinggi badan. Pengukuran status gizi sebenarnya dapat diketahui dengan metode lain seperti pengukuran kadar ferritin atau pemeriksaan laboratorium lain yang lebih spesifik terhadap status zat besi, sehingga kemungkinan adanya anemia pada responden dengan IMT normal tidak dapat sepenuhnya diidentifikasi penyebabnya.
2. Pada penelitian ini peneliti tidak mengkaji faktor-faktor lain secara mendalam seperti pola menstruasi, kebiasaan konsumsi makanan kaya zat besi, kebiasaan minum teh atau kopi setelah makan, serta riwayat penyakit tertentu, sehingga peneliti tidak dapat menyimpulkan secara pasti bahwa kejadian anemia pada responden semata-mata disebabkan oleh status gizi.
3. Penelitian ini dilakukan pada populasi terbatas, yaitu seluruh siswi kelas VIII di SMP Negeri 2 Kalibawang dengan jumlah 37 responden, sehingga hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan untuk seluruh populasi remaja putri di wilayah lain dengan karakteristik yang berbeda.

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan pada bulan Juli 2025 di SMP Negeri 2 Kalibawang mengenai hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri dapat disimpulkan:

1. Karakteristik responden pada remaja putri kelas VIII di SMP Negeri 2 Kalibawang menunjukkan sebagian besar responden tidak sedang menstruasi, terbiasa sarapan, mayoritas menyukai junk food, dan sebagian besar tidak memiliki riwayat penyakit.
2. Status gizi remaja putri di SMP Negeri 2 Kalibawang sebagian besar berada pada kategori normal (62,2%), sementara 32,4% mengalami gizi kurang, serta sebagian kecil masuk kategori gemuk dan obesitas.
3. Kejadian anemia pada remaja putri menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami anemia (62,2%), baik anemia ringan, sedang, maupun berat.
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Kalibawang berdasarkan hasil uji Chi-Square ($p\text{-value} > 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Siswa (Responden/Remaja Putri)

Diharapkan dapat meningkatkan pola makan yang sehat dan seimbang dengan memperhatikan kecukupan zat gizi, mengurangi konsumsi junk food, serta rutin sarapan setiap hari. Selain itu, siswa diharapkan memanfaatkan informasi dari penelitian ini untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang dalam mencegah anemia.

2. Bagi Institusi (Sekolah/Universitas)

Sekolah dapat mengoptimalkan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dengan menambahkan kegiatan edukasi gizi, pemeriksaan kesehatan secara berkala, dan pemberian tablet tambah darah (TTD). Penelitian ini juga dapat menjadi referensi perpustakaan kampus sebagai bahan bacaan dan rujukan bagi mahasiswa lain yang ingin melakukan penelitian serupa.

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan wawasan, pengalaman, serta bekal dalam berpikir ilmiah khususnya terkait bidang kebidanan komunitas dan kesehatan remaja. Peneliti juga dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain seperti pola menstruasi, aktivitas fisik, dan tingkat pengetahuan gizi.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi dan bahan perbandingan untuk penelitian mendatang, dengan cakupan sampel yang lebih besar dan variabel yang lebih luas, sehingga hasilnya lebih komprehensif dalam menggambarkan faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia pada remaja putri.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA

ORIGINALITY REPORT

15%

SIMILARITY INDEX

14%

INTERNET SOURCES

9%

PUBLICATIONS

9%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

| | | |
|----|---|-----|
| 1 | bemj.e-journal.id Internet Source | 2% |
| 2 | Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper | 2% |
| 3 | www.researchgate.net Internet Source | 1% |
| 4 | journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source | 1% |
| 5 | text-id.123dok.com Internet Source | 1% |
| 6 | docplayer.info Internet Source | 1% |
| 7 | repository2.unw.ac.id Internet Source | <1% |
| 8 | repository.unjaya.ac.id Internet Source | <1% |
| 9 | journal.um-surabaya.ac.id Internet Source | <1% |
| 10 | repository.stikesmukla.ac.id Internet Source | <1% |
| 11 | docobook.com Internet Source | <1% |
| 12 | eprints.umm.ac.id Internet Source | <1% |
| 13 | repository.poltekkesbengkulu.ac.id Internet Source | <1% |
| 14 | repository.uiad.ac.id Internet Source | <1% |
| 15 | digilib2.unisayogya.ac.id Internet Source | <1% |

| | | |
|----|--|------|
| 16 | id.123dok.com Internet Source | <1 % |
| 17 | Susilawati Susilawati, Nabila Marsha Fadillah, Johan Budhiana, Reni Suherman. "Hubungan pengetahuan tentang anemia dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri", <i>Journal of Midwifery Care</i> , 2024 Publication | <1 % |
| 18 | Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur Student Paper | <1 % |
| 19 | repository.stikes-bhm.ac.id Internet Source | <1 % |
| 20 | Submitted to Universitas Pendidikan Ganesha Student Paper | <1 % |
| 21 | Submitted to Universitas Respati Indonesia Student Paper | <1 % |
| 22 | repository.aisyahuniversity.ac.id Internet Source | <1 % |
| 23 | Ridni Husnah, Fitriani Fitriani, Angellisa Lammabue Panjaitan. "Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja", <i>Jurnal Ners</i> , 2023 Publication | <1 % |
| 24 | Submitted to State Islamic University of Alauddin Makassar Student Paper | <1 % |
| 25 | eprints.umsb.ac.id Internet Source | <1 % |
| 26 | pt.scribd.com Internet Source | <1 % |
| 27 | repo.polkesraya.ac.id Internet Source | <1 % |
| 28 | repository.poltekkes-kdi.ac.id Internet Source | <1 % |
| 29 | www.scribd.com Internet Source | <1 % |

| | | |
|----|--|------|
| 30 | Internet Source | <1 % |
| 31 | moam.info Internet Source | <1 % |
| 32 | payput.xyz Internet Source | <1 % |
| 33 | perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id Internet Source | <1 % |
| 34 | repo.unbrah.ac.id Internet Source | <1 % |
| 35 | repository.unja.ac.id Internet Source | <1 % |
| 36 | Greiny Arisani, Noordiaty Noordiaty, Herlinadiyaningsih Herlinadiyaningsih. "Korelasi Lama Menstruasi, Indeks Massa Tubuh (IMT), Lingkar Lengan Atas (LILA) dan Pengetahuan dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri", Jurnal Surya Medika, 2024 Publication | <1 % |
| 37 | Ladin Juliawan, Anita Bustami, Aryanti Wardiyah. "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 14 Bandar Lampung dan SMA IT Baitul Jannah Bandar Lampung", Malahayati Nursing Journal, 2024 Publication | <1 % |
| 38 | doku.pub Internet Source | <1 % |
| 39 | eprints.walisongo.ac.id Internet Source | <1 % |
| 40 | journal.arikesi.or.id Internet Source | <1 % |
| 41 | Rita Hasanah, Siti Aisyah, Diah Sukarni. "Factors Associated With Anemia In Female Adolescents", Jurnal Kebidanan Malahayati, 2023 Publication | <1 % |

42 Gabriella Dameria Siregar, Nova Hellen Kapantow, Maureen I Punduh. "Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 4 Manado", JPAI: Jurnal Perempuan dan Anak Indonesia, 2023
Publication

<1%

43 eprints.uny.ac.id
Internet Source

<1%

Exclude quotes Off
Exclude bibliography Off

Exclude matches Off

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA