

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.

4) Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi dan Kejadian Anemia

Tabel 4. 5 Tabulasi Status Gizi dan Kejadian Anemia dengan Karakteristik Responden

	Status Gizi				Kejadian Anemia			
	Kurang F %	Normal F %	Gemuk F %	Obesitas F %	Normal F %	Anemia Ringan F %	Anemia Sedang F %	Anemia Berat F %
Sedang Menstruasi								
Ya	3 (42,9)	4(57,1)	0(0,0)	0(0,0)	3(42,9)	1(14,3)	3(42,9)	0(0,0)

Tidak	9 (30,0)	19(63,3)	1 (3,3)	1(3,3)	10(33,3)	10(33,3)	9(30,0)	1(3,3)
Total	12(32,4)	23(62,2)	1(2,7)	1(2,7)	13(35,1)	11(29,7)	12(32,4)	1(2,7)
Kebiasaan								
Sarapan								
Sarapan	8(33,3)	14(58,3)	1(4,2)	1(4,2)	7(29,2)	8(33,3)	8(33,3)	1(4,2)
Tidak Sarapan	4(30,8)	9(69,2)	0(0,0)	0(0,0)	6(46,2)	3(23,1)	4(30,8)	0(0,0)
4,2	12(32,4)	23(62,2)	1(2,7)	1(2,7)	13(35,1)	11(29,0)	12(32,4)	1(2,7)
Jenis makanan								
Favorite								
Olahan Buah	3(30,0)	7(70,0)	0(0,0)	0(0,0)	10(100)	0(0,0)	0(0,0)	0(0,0)
Olahan Sayuran	4(50,0)	4(50,0)	0(0,0)	0(0,0)	3(37,5)	5(62,5)	0(0,0)	0(0,0)
Junk Food	5(26,3)	12(63,2)	1(5,3)	1(5,3)	0(0,0)	6(31,6)	12(63,2)	1(5,3)
Total	12(32,4)	23(62,2)	1(2,7)	1(2,7)	13(35,1)	11(29,7)	12(32,4)	1(2,7)
Riwayat								
Penyakit Asama								
Ada	2(33,3)	3(50,0)	0(0,0)	1(16,7)	0(0,0)	1(16,7)	4(66,7)	1(16,7)
Tidak Ada	10(32,3)	20(64,5)	1(3,2)	0(0,0)	13(41,9)	10(32,3)	8(25,8)	0(0,0)
Total	12(32,4)	23(62,2)	1(2,7)	1(2,7)	13(35,1)	11(29,7)	12(32,4)	1(2,7)

b. Anaisis Bivariat

1) Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja di SMP Negeri 2 Kalibawang

Tabulasi silang antara kadar Hb dan status gizi dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4. 6 Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja

No	Status Gizi	Kejadian Anemia								Total	P-Value	r	
		Tidak Anemia		Anemia Ringan		Anemia Sedang		Anemia Berat					
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
1.	Kurang	5	13,5	3	8,1	3	8,1	1	2,7	12	32,4	0,637	0,399
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 bahwa 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.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA