

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN DARUTTAKWIEN KECAMATAN
SUKATANI KABUPATEN BEKASI TAHUN 2016**

**FACTORS RELATED TO ANEMIA IN YOUNG WOMEN EVENTS IN BOARDING
BOARDING SCHOOL DARUTTAKWIEN SUKATANI REGENCY DISTRICT BEKASI
YEAR OF 2016**

*Ade Krisna Ginting¹, Ikha Prastiwi², Aisyah Haniurrahman³
Akademi Kebidanan Bhakti Husada Bekasi*

Abstrak

Latarbelakang - Data profil kesehatan Indonesia mencatat penduduk Indonesia yang tergolong usia remaja (10-19 tahun) adalah sekitar 21% (44 juta jiwa) terdiri dari 50,8% remaja laki-laki dan 49,2% remaja perempuan (Depkes, 2010). Menurut SDKI, prevalensi penyakit *anemia* sebanyak 75,9% pada remaja putri (SDKI, 2012). Penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *anemia* pada remaja putri di pondok pesantren Daruttakwien Kecamatan Sukatani Kabupaten Bekasi Tahun 2016.

Metode - Penelitian ini menggunakan metode *Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Jenis data yang diambil adalah data primer dengan menggunakan kuesioner dan dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling*. Respondennya ialah remaja putri 16-18 tahun yang *anemia* di pondok pesantren Daruttakwien tahun 2016 sebanyak 51 responden.

Hasil – Hasil penelitian didapatkan bahwa adanya hubungan secara statistik yaitu pendidikan ibu dengan kejadian *anemia* pada remaja putri $P \text{ value} = 0,049 (< \alpha 0,05)$, pendapatan orang tua dengan kejadian *anemia* pada remaja putri $P \text{ value} = 0,014 (< \alpha 0,05)$ dan tidak ada hubungan antara pengetahuan remaja dengan kejadian *anemia* pada remaja putri $P \text{ value} = 0,068 (< \alpha 0,05)$

Kesimpulan - Disarankan kepada remaja untuk meningkatkan akses terhadap informasi tentang *anemia* khususnya untuk remaja

Kata Kunci:

Anemia, Pendidikan Ibu, Pendapatan Orang Tua, Pengetahuan Remaja.

Abstract

Background - Indonesia health profile data recorded indonesia's population classified as adolescence (10-19 years) is approximately 21% (44 million people) is composed of 50,8% boys and 49,2% of female adolescents (Depkes, 2010). According to the demographic and health survey. The prevalence of *anemia* as much as 75,9% in adolescent girls (SDKI, 2012). This study for determine the factors associated with *anemia* in adolescent at boarding school Daruttakwien sukutani district of bekasi regency 2016.

Methods - This research uses Analytical method with Cross Sectional approach. The type of data taken is the primary data using questionnaires and sampling techniques using total sampling. Respondent are 16-18 years girls in boarding school daruttakwien in 2016 as many as 51 respondents.

Result – The result showed that the relationship is statically namely education to mothers with *anemia* in adolescent $P \text{ value} = 0,049 (< \alpha 0,05)$, income parent with *anemia* in adolescent $P \text{ value} = 0,014 (< \alpha 0,05)$, there is no relationship between teens knowledge adolescent with *anemia* in adolescent $P \text{ value} = 0,068 (< \alpha 0,05)$.

Conclusion - It is advisable to adolescents to improve access to information on *anemia* especially for teens

Keywords:

Anemia, Capital Education, Income Parents, Teens Knowledge.

Pendahuluan

Anemia merupakan masalah gizi yang umum terjadi di dunia, terutama di negara berkembang. Menurut WHO, 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. (WHO, 2010)

Berdasarkan Riskesdas (2013), dilaporkan bahwa angka kejadian anemia secara nasional adalah sebesar 21,7%, dimana 18,4% terjadi pada laki-laki dan 23,9% terjadi pada perempuan. Sedangkan berdasarkan pada kriteria usia 5-14 tahun mencapai 26,4% dan pada usia 15-25 tahun mencapai 18,4. Berdasarkan data semua kelompok umur tersebut, wanita memiliki prevalensi tertinggi mengalami anemia termasuk diantaranya adalah remaja putri.

Remaja putri termasuk golongan rawan menderita anemia karena remaja putri dalam masa pertumbuhan dan setiap bulan mengalami menstruasi yang menyebabkan kehilangan zat besi. Penyebab rendahnya kadar hemoglobin dalam darah salah satunya adalah asupan yang tidak mencukupi. Asupan zat gizi sehari-hari sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja adalah pengetahuan. (Arisman, 2009).

Dilaporkan bahwa masyarakat Indonesia terutama wanita sebagian besar mengalami anemia dikarenakan kurang mengonsumsi sumber makanan hewani yang merupakan zat besi yang mudah diserap (hemeiron). Kekurangan zat besi ini dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan, baik sel tubuh maupun sel otak. Kekurangan kadar Hb dalam darah dapat menimbulkan gejala lesu, lemah, letih, lelah dan cepat capek. Akibatnya dapat menurunkan prestasi belajar, olahraga dan produktivitas kerja, di samping itu penderita kekurangan zat besi akan menurunkan daya tahan tubuh, yang berdampak pada tubuh mudah terkena infeksi. Pada remaja yang sedang bekerja, anemia akan menurunkan produktivitas kerja, sedangkan

remaja yang masih sekolah akan menurunkan kemampuan akademis. (Depkes, 2008).

Anemia merupakan keadaan di mana masa eritrosit dan atau masa hemoglobin yang beredar tidak memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. (Handayani dan Haribowo, 2008).

Anemia pada remaja dapat berdampak pada menurunnya produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis disekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi. Anemia juga dapat mengganggu pertumbuhan dimana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna. Selain itu, daya tahan tubuh akan menurun sehingga mudah terserang penyakit. Anemia juga dapat menyebabkan menurunnya produksi energy dan akumulasi laktat dalam otot (Adriani, 2012).

Metode

Desain penelitian ini merupakan desain penelitian *analitik* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Data yang dikumpulkan adalah data sekunder yang diperoleh dari responden yaitu seluruh remaja putri di Pondok Pesantren Daruttakwien Kecamatan Sukatani Kabupaten Bekasi tahun 2016. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner serta melakukan pengukuran *Haemoglobin (Hb)* dari seluruh responden. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini berupa timbangan berat badan (timbangan *digital*) dan pengukuran tinggi badan (*microtoa*) dan kuesioner yang mengacu pada kerangka konsep dan definisi operasional.

Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang berusia 16-18 tahun yang mengalami Anemia di Pondok Pesantren Daruttakwien Kecamatan Sukatani Kabupaten Bekasi tahun 2016 yang berjumlah 51 orang. Teknik pengambilan sample dengan Total Sampling. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini berupa alat pengukur Hb (*Hb elektrik*) dan kuesioner yang mengacu pada kerangka konsep

dan definisi operasional. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat guna mengetahui distribusi frekuensi pada variabel yang diteliti, dan penggunaan uji *chi square* pada analisis bivariat.

Hasil

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Anemia, Pendidikan Ibu, Pendapatan orang tua, dan Pengetahuan pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Daruttakwien Tahun 2016

N o	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Anemia		
	Ringan	11	21,6%
	Sedang	40	78,4%
	Total	51	100,0%
2.	Pendidikan Ibu		
	Tinggi	26	51,0%
	Rendah	25	49,0%
	Total	51	100,0%
3.	Pendapatan Orang Tua		
	UMR	23	45,1%
	< UMR	28	54,9%
	Total	51	100,0%
4.	Pengetahuan Remaja		
	Baik	24	47,1%
	Kurang	27	52,9%
	Total	51	100,0%

Sumber: Data Primer di Pondok Pesantren Daruttakwien Tahun 2016

Berdasarkan tabel 5.1, dapat disimpulkan bahwa dari 51 responden, mayoritas remaja mengalami anemia sedang sebanyak 78,4 % (40 orang). Dari remaja yang mengalami anemia mayoritas pendidikan ibu remaja adalah berpendidikan tinggi

berjumlah 51,0 % (26 orang), sedangkan untuk pendapatan orang tua mayoritas adalah orang tua remaja yang mempunyai pendapatan <UMR berjumlah 54,9 % (28 orang) serta dari pengetahuan remaja mayoritas adalah remaja yang mempunyai pengetahuan kurang berjumlah 52,9 % (27 orang).

Tabel 2.
Hubungan antara Pendidikan Ibu terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Daruttakwien Kecamatan Sukatani Kabupaten Bekasi Tahun 2016

Pendidikan Ibu	Total		P Value	OR (95% CI)
	n	%		
Tinggi	26	100,0%	0,049	6,088 (1,163-31,875)
Rendah	25	100,0%		
Total	51	100,0%		

Sumber : Data Primer di Pondok Pesantren Daruttakwien Tahun 2016

Hasil uji statistik yang diperoleh dari hubungan antara pendidikan ibu dengan kejadian anemia dari 51 responden, di dapatkan nilai $p = 0,049$ maka dapat disimpulkan ada hubungan antara pendidikan ibu dengan kejadian anemia, di peroleh nilai $OR = 6,088$ artinya remaja dengan pendidikan ibu rendah beresiko 6,088 kali mengalami anemia sedang di banding dengan ibu yang berpendidikan tinggi.

Tabel 3.
Hubungan antara Pendapatan Orang tua terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Daruttakwien Kecamatan Sukatani Kabupaten Bekasi Tahun 2016

Pendapatan Orang Tua	Total		P Value	OR (95% CI)
	n	N		
UMR	9	23	100,0%	8,357
			0,014	(1,582 - 44,140)
<UMR	2	28	100,0%	
Total	11	51	100,0%	

Sumber : Data Primer di Pondok Pesantren Daruttakwien Tahun

Hasil uji statistik yang diperoleh dari hubungan antara pendapatan orang tua dengan kejadian anemiadari 51 responden, di dapatkan nilai $p= 0,014$ maka dapat di simpulkan ada hubungan antara pendapatan orang tua dengan kejadian anemia, di peroleh nilai OR = 8,357 artinya remaja dengan Pendapatan orang tua < UMR beresiko 8,357 kali mengalami anemia sedang di banding dengan orang tua yang pendapatan UMR.

Tabel 4

Hubungan antara Pengetahuan remaja terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Daruttakwien Kecamatan Sukatani Kabupaten Bekasi Tahun 2016.

Pengetahuan Anemia	Total		P Value	OR (95% CI)
	n	%		
Baik	24	100,0%	0,182	(0,035-0,950)
Kurang	27	100,0%		
Total	51	100,0%		

Sumber : Data Primer di Pondok Pesantren Daruttakwien Tahun 2016

Hasil uji statistik yang diperoleh dari hubungan antara Pengetahuan remaja dengan

kejadian anemiadari 51 responden,di dapatkan nilai $p= 0,068$ maka dapat di simpulkan tidak ada hubungan antara pengetahuan remaja dengan kejadian anemia, di peroleh nilai OR = 0,182 artinya remaja dengan pengetahuan kurang beresiko 0,671 kali mengalami anemia sedang di banding dengan pengetahuan remaja yang baik.0,671 kali mengalami anemia sedang di banding dengan pengetahuan remaja yang baik.

Pembahasan

1. Hubungan Antara Pendidikan Ibu dengan Kejadian Anemia

Hasil analisis hubungan antara pendidikan ibu dengan kejadian anemia di dapatkan bahwa dari 51 responden, remaja dengan pendidikan ibu tinggi yang mengalami anemia sedang sebanyak 65,4% (17 Orang). Sedangkan remaja dengan pendidikan ibu rendah yang mengalami anemia sedang sebanyak 92,0% (23 Orang). Hasil uji statistik di dapatkan nilai $p= 0,049$ maka dapat di simpulkan ada hubungan antara pendidikan ibu dengan kejadian anemia, di peroleh nilai OR = 6,088 artinya remaja dengan pendidikan ibu rendah beresiko 6,088 kali mengalami anemia sedang.

Tingkat pendidikan juga masuk dalam faktor ini. Tingkat pendidikan berhubungan dengan status gizi karena dengan meningkatnya pendidikan kemungkinan akan meningkatkan pendapatan sehingga dapat meningkatkan daya beli makanan (Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat FKM UI, 2007).

Faktor pendidikan dapat mempengaruhi status anemia seseorang sehubungan dengan pemilihan makanan yang dikonsumsi. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan mempengaruhi pengetahuan dan informasi tentang gizi yang lebih baik dibandingkan seseorang yang berpendidikan lebih rendah. Pilihan konsumsi makanan seseorang selain dipengaruhi oleh pengetahuan gizi, juga dipengaruhi oleh wilayah seseorang tinggal dalam hal ketersediaan pangan

(Permaesih dan Herman 2005).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Gunatningsih tahun 2007 bahwa Frekuensi ibu responden yang memiliki tingkat pendidikan rendah dan menderita anemia berjumlah 24 responden (57,1%), sedangkan yang tidak menderita anemia berjumlah 18 responden (42,9%). Frekuensi ibu responden yang memiliki tingkat pendidikan tinggi tetapi menderita anemia berjumlah 9 responden (32,1%), sedangkan yang tidak menderita anemia berjumlah 19 responden (67,9%). Ada hubungan secara signifikan antara tingkat pendidikan ibu dengan kejadian anemia.

Hal ini sesuai dengan teori (Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat FKM UI, 2007). Jika pendidikan ibu tinggi maka pendapatan pun akan tinggi sehingga dapat membeli makan yang bergizi untuk dikonsumsi. Karena rata-rata mereka tinggal di asrama, pendidikan tinggi dikaitkan dengan pengetahuan yang baik pula sehingga penjelasan yang diberikan ibu kepada anaknya tentang nutrisi khususnya makanan yang bergizi kepada anaknya akan lebih baik pula. Pendidikan ibu yang tinggi berpengaruh terhadap perilaku ataupun kebiasaan makan sehari-harinya. Sehingga kebiasaan pola makan yang diterapkan di rumah terkadang akan tetap terbawa saat remaja putri tersebut tinggal di asrama.

2. Hubungan Antara Pendapatan Orang Tua dengan Kejadian Anemia

Hasil analisis hubungan antara Pendapatan orang tua dengan kejadian anemia didapatkan bahwa dari 51 responden, remaja dengan Pendapatan orang tua UMR yang mengalami anemia sedang sebanyak 60,9% (14 Orang). Sedangkan remaja dengan Pendapatan orang tua < UMR yang mengalami anemia sedang sebanyak 92,9% (26 Orang). Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,014$ maka dapat disimpulkan ada hubungan antara pendapatan orang tua dengan kejadian anemia, diperoleh nilai $OR = 8,357$ artinya remaja dengan Pendapatan orang tua < UMR beresiko 8,357 kali mengalami anemia sedang.

Menurut Eko Budiarto dan Dewi Anggraeni (2010), keadaan sosial ekonomi merupakan faktor yang mempengaruhi frekuensi distribusi penyakit tertentu, misalnya TBC, infeksi akut gastrointestinal, ISPA, anemia, malnutrisi, dan penyakit parasit yang banyak terdapat pada penduduk golongan ekonomi rendah.

Penelitian ini sesuai dengan yang dilakukan Gunatmaningsih tahun 2007 diketahui bahwa frekuensi responden dengan tingkat pendapatan keluarga rendah dan menderita anemia berjumlah 19 responden (61,3%), sedangkan yang tidak menderita anemia berjumlah 12 responden (38,7%). Responden dengan tingkat pendapatan keluarga tinggi tetapi menderita anemia berjumlah 14 responden (35,9%), sedangkan yang tidak menderita anemia berjumlah 25 responden (64,1%). Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendapatan keluarga dengan kejadian anemia.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Yayuk Farida, dkk (2004) yang menyatakan bahwa perubahan pendapatan secara langsung dapat mempengaruhi perubahan konsumsi pangan keluarga. Meningkatnya pendapatan berarti memperbesar peluang untuk membeli pangan dengan kualitas dan kuantitas yang lebih baik. Sebaliknya, penurunan pendapatan akan menyebabkan penurunan dalam hal kualitas dan kuantitas pangan yang dibeli, yang dapat mengakibatkan tidak terpenuhinya kebutuhan tubuh akan zat gizi, salah satunya tidak terpenuhinya kebutuhan tubuh akan zat besi, sehingga dapat berdampak timbulnya kejadian anemia.

Penyataan WHO (2001) bahwa anemia sering terjadi diantara masyarakat yang memiliki status sosial ekonomi yang rendah. Penelitian di Indonesia yang dilakukan oleh *Survival for Women and Children* (SWACH) Foundation menemukan bahwa bahwa status sosial ekonomi juga menjadi faktor yang mempengaruhi timbulnya kejadian anemia pada remaja (Bartley et al 2005). Faktor penentu anemia defisiensi besi lainnya termasuk pendapatan yang rendah dan

kemiskinan yang berakibat pada asupan makanan yang rendah dan pola makan yang rendah zat gizi mikro. Keadaan tersebut juga dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman tentang pola makan beragam dan pentingnya pangansumber zat gizi mikro yang dapat mendorong atau menghambat penyerapan zat besi oleh tubuh (Thompson 2007).

Pendapatan keluarga merupakan hal mendasar yang akan mempengaruhi kehidupan dalam rumah tangga. Pendapatan berkaitan dengan daya beli keluarga ataupun kesanggupan keluarga dalam membeli makanan ataupun pelayanan kesehatan yang lebih baik. Walaupun anak di asrama orang tua dengan pendapatan tinggi akan mencoba memenuhi makanan atau kebutuhan nutrisi anak dengan kualitas yang baik, mungkin makanan di bawa oleh orang tua dari rumah sehingga asupan nutrisi tetap terpenuhi.

3. Hubungan Antara Pengetahuan Remaja dengan Kejadian Anemia

Hasil analisis hubungan antara Pengetahuan remaja dengan kejadian anemia di dapatkan bahwa dari 51 responden, remaja dengan pengetahuan baik yang mengalami anemia sedang sebanyak 91,7% (22 Orang). Sedangkan remaja dengan pengetahuan kurang yang mengalami anemia sedang sebanyak 66,7% (18 Orang). Hasil uji statistik di dapatkan nilai $p = 0,068$ maka dapat di simpulkan tidak ada hubungan antara pengetahuan remaja dengan kejadian anemia, di peroleh nilai $OR = 0,182$ artinya remaja dengan pengetahuan kurang beresiko 0,671 kali mengalami anemia sedang.

Suatu hal yang meyakinkan tentang pentingnya pengetahuan gizi didasarkan pada kenyataan bahwa status gizi yang cukup adalah penting bagi kesehatan dan kesejahteraan; setiap orang hanya akan cukup zat gizi jika makanan yang dimakannya mampu menyediakan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan tubuh yang optimal, pemeliharaan dan energi; serta ilmu gizi memberikan fakta-fakta yang perlu sehingga penduduk dapat belajar menggunakan pangan

dengan baik bagi perbaikan gizi (Suhardjo, 2003).

Wanita cenderung mempunyai simpanan zat besi yang lebih rendah dibandingkan pria, membuat wanita lebih rentan mengalami defisiensi zat besi saat asupan zat besi kurang atau kebutuhan meningkat. Jika zat besi yang dikonsumsi terlalu sedikit atau bioavailabilitasnya rendah atau makanan berinteraksi dengan membatasi absorpsi yang dibutuhkan tubuh untuk memenuhi kebutuhan zat besi, cadangan zat besi dalam tubuh akan digunakan dan hal tersebut dalam menimbulkan defisiensi zat besi (Gleason & Scrimshaw 2007).

Pada masa remaja, seseorang akan mengalami perubahan baik kognitif, sosial-emosional, dan gaya hidup yang dapat menciptakan dampak yang sangat besar dalam kebiasaan makan remaja. Survei yang dilakukan Hurlock (1997) menunjukkan bahwa remaja suka sekali jajan makanan ringan. Jenis makanan ringan yang dikonsumsi adalah kue-kue yang manis dan golongan pastry serta permen sedangkan golongan sayur-sayuran dan buah-buahan jarang dikonsumsi sehingga dalam diet mereka rendah akan zat besi, vitamin, dan lain-lain. Selain itu hasil survei menunjukkan bahwa remaja menyukai minuman ringan, teh, dan kopi yang frekuensinya lebih sering dibandingkan konsumsi susu

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Gunatmaningsih, 2007 pada 255 siswi dapat diketahui bahwa Frekuensi responden dengan tingkat pengetahuan tentang anemia rendah dan menderita anemia berjumlah 7 responden (38,9%), sedangkan yang tidak menderita anemia berjumlah 11 responden (61,1%). Responden dengan tingkat pengetahuan tentang anemia tinggi tetapi menderita anemia berjumlah 26 responden (50,0%), sedangkan yang menderita anemia juga berjumlah 26 responden (50,0%). Tidak ada hubungan secara signifikan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia.

Hasil penelitian ini ternyata bertentangan dengan teori yang dikemukakan oleh Suhardjo

(2003) yang menyatakan penyebab penting dari gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi atau kemampuan untuk menerapkan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Tingkat pengetahuan tentang anemia yang tinggi tetapi tidak disertai dengan perubahan perilaku atau sikap dalam kehidupan sehari-hari, sehingga tidak akan berpengaruh pada keadaan gizi individu tersebut. Dalam mengonsumsi makanan sebaiknya haruslah seimbang dengan kebutuhan remaja yang disesuaikan dengan umur. Oleh karena itu, sebaiknya remaja harus juga memperhatikan frekuensi makan dan jumlah porsi makanan dari jenis karbohidrat, protein hewani, protein nabati dan buah-buahan khususnya yang banyak mengandung zat besi. Tetapi hal ini kemungkinan tidak terjadi di pesantren sehingga dapat menjadi salah satu faktor penyebab tidak ada hubungannya antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia di Pondok Pesantren Daruttakwien karena remaja putri tinggal di dalam pondok pesantren (asrama) sehingga segala sesuatu terkait pemenuhan kebutuhan gizi remaja putri yang ada di dalam asrama sudah disesuaikan dengan aturan yang berlaku di pondok pesantren, tanpa terkecuali termasuk menu makanan yang sehari-hari dikonsumsi oleh remaja putri. Pihak pondok pesantren biasanya sudah memiliki menu tertentu setiap harinya dalam memenuhi kebutuhan nutrisi dari remaja putri yang ada di sana, sehingga remaja putri tidak ada pilihan makanan lain, selain itu lokasi pondok pesantren yang berada jauh dari perkotaan, sehingga tidak memungkinkan bagi remaja putri tersebut untuk memenuhi kebutuhan akan zat gizi khususnya untuk penambahan zat besi yang dibeli ataupun dikonsumsi dari luar pondok pesantren.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pendidikan ibu dan pendapatan orang tua dengan kejadian anemia. Tetapi terkait pengetahuan remaja dalam

penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan remaja dengan kejadian anemia pada remaja putri. Untuk itu disarankan untuk meningkatkan akses terhadap informasi tentang anemia khususnya untuk remaja di Pondok Pesantren Daruttakwien dengan cara pemasangan poster-poster terkait makanan bergizi, anemia, selain itu perlu adanya kerjasama antara pondok pesantren dengan fasilitas kesehatan setempat dalam upaya memberikan penyuluhan kepada remaja, orangtua tentang dampak anemia terhadap kesehatan reproduksi remaja, dan dapat bekerjasama dengan fasilitas kesehatan setempat untuk memfasilitasi dalam melakukan pemeriksaan secara rutin atau berkala, serta melakukan peningkatan pola makan dan kualitas makanan di pesantren dengan makanan yang bergizi yaitu menu seimbang dan makan makanan yang banyak mengandung zat besi agar siswi terhindar dari kejadian anemia.

Daftar Pustaka

1. Adriani, M dan Bambang Wirjatmadi, 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group
2. Almatzler, S., 2006. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, edisi ke-6. Jakarta: Gramedia Pustaka utama.
3. Almatzier.2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT. Gramedia Pustaka Utama: Jakarta.
4. Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Aksara 2010.
5. Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu PendekatanPraktik*. Jakarta: Rineka Cipta
6. Arisman . 2009. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC
7. Departemen Kesehatan R.I.(2007). *Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT)*. Jakarta
8. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2010). *Program Penanggulangan Anemia Gizi Pada Wanita Usia Subur (WUS)*. Depkes RI

9. Dharmadi, M. dkk. 2012. *Penyuluhan Anemia Defisiensi Besi (ADB) Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bangli* 03 Oktober 2012.
10. Gunatmaningsih Dian, 2007. *faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA NEGERI 1 Kecamatan jatibarang Kabupaten Brebes tahun 2007*. <http://lib.unnes.ac.id/1102/1/2676.pdf>. Diakses pada tanggal 25 maret 2016
11. Hayati, Ridha Mardhiyyah. 2010. *Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Anemia Defisiensi Besi dan Dampaknya terhadap Kesehatan Reproduksi di MAL IAIN MEDAN Tahun 2009/2010*. Diperoleh dari <http://www.repository.usu.ac.id>. diakses tanggal 12 Maret 2015.
12. Notoatmodjo. S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT.Rineka Cipta 2003. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta:Rhineka Cipta
13. Price, S.A &Wilson L.M.(2006).(Penerjemah : Kuncara HY dkk.). *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit. Edisi ke-6.Volume 1*.Jakarta: EGC.
14. Proverawati, Atikah. 2011. *Anemia dan Anemia kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika
15. Sibagariang, E. E., Pusmaika, R., Rismalinda, 2010. *Kesehatan Reproduksi Wanita*, Jakarta: CV Trans Info Media
16. Tarwoto dan Warsidar, 2007. *Anemia pada Ibu Hamil*. Jakarta: Trans Info Medika
17. Wijayanti yunita, 2011. *faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri siswa SMK AN NURONIAH KEMADU Kecamatan Sulang Kabupaten Rembang tahun 2011*, <http://lib.unnes.ac.id/11080/1/12263.pdf>. Diakses pada tanggal 25 maret 2016
18. World health organization, 2008. *Worldwide prevalence of anemia 1993-2005 in WHO Global Database on Anemia*. Geneva: WHO. p.7-20.
19. Arumsari, Ermita, 2008. *Faktor Risiko Anemia Pada Remaja Putri Peserta Program Pencegahan Dan PenanggulanganAnemia Gizi Besi (PPAGB) Di Kota Bekasi*. http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/36711392/faktor_resiko_anemia.pdf. di akses tanggal 19 Desember 2016
20. <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/bpk/article/download/219/294>