



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph1512>

HUBUNGAN KURANG ENERGI KRONIK (KEK) DAN WASTING DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI KABUPATEN MAJENE

^KMutmainnah¹, Sitti Patimah², Septiyanti³

^{1,2,3}Peminatan Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (^K): mutmnh23@gmail.com

mutmnh23@gmail.com¹, imhasudirman@gmail.com², mizz.kudo@gmail.com³

ABSTRAK

Remaja putri memiliki risiko lebih besar menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Anemia banyak terdapat di negara maju maupun negara yang sedang berkembang seperti Indonesia. Di Indonesia, angka prevalensi anemia pada perempuan usia 15-49 tahun sebanyak 28.8%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kurang energi kronik (KEK) dan *wasting* dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Majene. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, teknik pengambilan sampel menggunakan metode *total sampling* yaitu sebanyak 126 siswi. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariate dengan menggunakan uji *correlation spearman*. Dari hasil penelitian diperoleh bahwa prevalensi anemia sebanyak 21.6%, prevalensi kekurangan energi kronik (KEK) sebanyak 79.3%, dan prevalensi *wasting* sebanyak 10.3%. Dari hasil uji statistik ditemukan nilai ($p = 0.025 < \alpha = 0.05$) pada uji hubungan kurang energi kronik (KEK) dengan kejadian anemia dan ditemukan nilai ($p = 0.020 < \alpha = 0.05$) pada uji hubungan antara *wasting* dengan kejadian anemia. Disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kurang energi kronik (KEK) dan *wasting* dengan kejadian anemia pada siswi kelas VII SMPN 1 Majene, sehingga disarankan bahwa remaja putri tetap perlu mengonsumsi makanan bergizi yang adekuat dan mengonsumsi suplemen zat besi untuk mengendalikan anemia. Selain itu, juga paham akan pentingnya kecukupan kebutuhan zat gizi untuk seusianya melalui sosialisasi kesehatan remaja putri. Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengkaji lebih banyak faktor-faktor yang mempengaruhi KEK dan *wasting* pada remaja putri di SMPN 1 Majene.

Kata kunci : KEK; *wasting*; anemia.

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Article history :

Received : 9 September 2020

Received in revised form : 5 Desember 2020

Accepted : 17 Desember 2020

Available online : 28 Februari 2021

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Young women have a greater risk of suffering from anemia than young men. Anemia is found in many developed and developing countries like Indonesia. In Indonesia, the prevalence rate of anemia in women aged 15-49 years is 28.8%. This study aims to determine the relationship between chronic energy deficiency (KEK) and wasting with the incidence of anemia in adolescent girls in Majene Regency. The type of research used is quantitative with a cross-sectional approach, the sampling technique uses a total sampling method of 126 students. The data analysis used was univariate analysis and bivariate analysis using the Spearman Correlation test. The results showed that the prevalence of anemia was 21.6%, the prevalence of chronic energy deficiency (KEK) was 79.3%, and the prevalence of wasting was 10.3%. From the results of statistical tests, it was found that the value ($p = 0.025 < \alpha = 0.05$) was found on the correlation test between chronic energy deficiency (KEK) and the incidence of anemia and found a value ($p = 0.020 < \alpha = 0.05$) in the relationship test between wasting and incidence. Anemia. It is concluded that there is a relationship between chronic energy deficiency (KEK) and wasting with the incidence of anemia in grade VII students of SMPN 1 Majene, so it is suggested that young women still need to consume adequate nutritious food and consume iron supplements to control anemia. In addition, they also understand the importance of adequate nutritional needs for their age through health socialization for young women. Suggestions for future researchers are expected to examine more factors that influence KEK and wasting in young women at SMPN 1 Majene.

Keywords : KEK; wasting; anemia.

PENDAHULUAN

Remaja memiliki berbagai macam aktivitas, baik aktivitas di dalam sekolah maupun di luar sekolah. Semua ini membuat remaja sulit memikirkan jadwal makan maupun komposisi dan kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Akibatnya para remaja sering merasa lelah, lemas, lesu dan tidak bertenaga. Namun kondisi cepat lelah, lesu tadi bisa juga disebabkan karena anemia atau dalam bahasa sehari-hari disebut dengan kurang darah. Remaja putri memiliki risiko lebih besar menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya. Pertama, setiap bulan remaja putri mengalami menstruasi. Remaja putri yang mengalami menstruasi yang banyak selama lebih dari lima hari dikhawatirkan akan kehilangan zat besi (membutuhkan zat besi pengganti) lebih banyak daripada remaja putri yang menstruasinya hanya tiga hari dan sedikit. Kedua, remaja putri sering kali menjaga penampilan, ingin kurus sehingga berdiet dan mengurangi makan. Diet yang tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh akan menyebabkan tubuh kekurangan zat penting dalam tubuh seperti zat besi.¹

Zat besi merupakan mikroelemen yang esensial bagi tubuh. Zat ini terutama diperlukan dalam hematopoiesis (pembentukan darah) yaitu sintesis hemoglobin (Hb). Hemoglobin (Hb) yaitu suatu oksigen yang menghantarkan eritrosit berfungsi penting bagi tubuh. Dalam tubuh, besi diperlukan untuk pembentukan kompleks besi sulfur dan heme. Kompleks besi sulfur diperlukan dalam kompleks enzim yang berperan dalam metabolisme energi. Selain itu, zat besi juga dibutuhkan untuk pertumbuhan jaringan tubuh pada remaja.²

Pada dasarnya, anemia dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Secara umum, konsumsi makanan berkaitan erat dengan status gizi. Bila makanan yang dikonsumsi mempunyai nilai yang baik, maka status gizi juga baik, sebaliknya bila makanan yang dikonsumsi kurang nilai gizinya, maka akan menyebabkan kekurangan gizi dan dapat menimbulkan anemia.³

Remaja yang memiliki status gizi kurang atau sering disebut gizi buruk, jika sudah terlalu lama maka akan terjadi Kurang Energi Kronik (KEK). Kekurangan Energi Kronik (KEK) merupakan keadaan dimana seseorang menderita kurang asupan gizi energi dan protein yang berlangsung lama atau menahun.⁴ KEK pada remaja jika tidak cepat diatasi akan berdampak besar dan berkelanjutan ketika remaja putri ini hamil nantinya.

Data UNICEF tahun 2017, prevalensi anemia yang paling umum di seluruh dunia pada perempuan berusia di atas 15 tahun sebanyak 23% dan 37% wanita hamil.⁵ Dalam penelitian Mengistu, Getachew, *et al* tahun 2019 menyatakan bahwa remaja perempuan yang memiliki Hb antara 11 hingga 11.9 g/dl dan 8 hingga 10.9 g/dl masing-masing menunjukkan anemia ringan dan sedang. Prevalensi anemia dari hasil penelitian mengenai anemia dikalangan gadis remaja di sekolah wilayah pedesaan administrasi kota Bahirdar, Ethiopia barat ditemukan 47 (11.1%) dimana 46 (97.8%) diantaranya memiliki anemia ringan. Di atas setengah yaitu 54.8% peserta penelitian adalah kurus.⁶

Anemia banyak juga terdapat di negara maju maupun negara yang sedang berkembang seperti Indonesia. Di Indonesia, angka prevalensi anemia pada perempuan usia 15-49 tahun sebanyak 28.8%. Selain itu, angka prevalensi pada ibu hamil mengalami peningkatan dari tahun 2013 hingga pada tahun 2018 sebanyak 37.1% naik menjadi 48.9%.⁷ Angka prevalensi status gizi kurus dan kurang energi kronis (KEK) pada wanita usia subur (WUS) di Sulawesi Barat pada tahun 2017 terbilang cukup tinggi masing-masing sebanyak 4.9% dan 11.7%.⁸

Dalam penelitian Hapzah & Yulita tahun 2012 menyatakan terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia remaja putri pada siswi di SMAN 1 Tinambung, Kabupaten Polewali Mandar yaitu sebanyak 60 orang (81.1%) responden yang memiliki status gizi abnormal yang menderita anemia dan sebanyak 9 orang (24.3%) yang memiliki status gizi normal dan anemia. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fitrah tahun 2019 pada remaja putri SMP di Kabupaten Mamuju Utara menyatakan bahwa terdapat 70.5% yang mengalami anemia dan kekurangan asupan energi. Terdapat 65.5% yang mengalami anemia dan juga kekurangan asupan protein.⁹

Kabupaten Majene terletak di pertengahan antara Kabupaten Polewali Mandar dan Kabupaten Mamuju. Kabupaten Majene juga merupakan salah satu daerah yang tergolong kaya akan sumber daya alam lautnya di Sulawesi Barat. Namun, kekayaan alam yang dimiliki kurang maksimal dalam pemanfaatannya, terlebih remaja saat ini lebih tertarik mengkonsumsi makanan siap saji. Hal ini terbukti dari hasil penelitian tersebut yang telah dilakukan pada 2 kabupaten yaitu Kabupaten Polewali Mandar dan Kabupaten Mamuju. Yang menyatakan bahwa masih tinggi angka kurang asupan gizinya remaja sehingga dapat mempengaruhi masalah gizi pada remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Kurang Energi Kronik (KEK) dan *wasting* dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Majene.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah rancangan kuantitatif deskriptif dengan menggunakan desain pendekatan *cross-sectional*, yaitu jenis penelitian yang mempelajari hubungan antara

variabel independen dengan variabel dependen dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada satu saat. Yang mana anemia sebagai variabel dependen dan Kurang Energi Kronik (KEK) dan *wasting* sebagai variabel independen. Pengumpulan data ini dilakukan di SMPN 1 Majene pada bulan Februari 2020. Hasil penelitian ini diperoleh melalui pengambilan sampel darah, kuesioner tentang karakteristik responden dan pengukuran antropometri yang meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, dan lingkaran lengan atas. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 126 siswi, teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *total sampling*. Namun, subjek yang akan dilibatkan sesuai dengan kriteria inklusi diantaranya yaitu bersedia untuk diukur secara antropometrik dan pengambilan darah kapiler, mendapatkan persetujuan dari guru atau orang tua.

Setelah data terkumpul dilakukan pemeriksaan kelengkapan dan kemudian pengolahan data, maka berikut peneliti akan memaparkan analisa data univariat terhadap variabel dengan menghasilkan frekuensi dan presentasi serta analisis bivariat untuk mengetahui hubungan dari variabel bebas dengan variabel terikat dengan menggunakan uji statistik *chi-square* dengan menggunakan aplikasi statistik. Kriteria objektif : tergolong anemia jika nilai ambang batas dari kadar Hb responden < 12 g/dL, dan normal jika kadar Hb responden ≥ 12 g/dL. Tergolong *wasting* jika IMT/U *z-score* > -3 SD sd < -2 SD dan tidak *wasting* jika IMT/U *z-score* -2 SD sd $> +2$ SD. Tergolong kurang energy kronik (KEK) jika ambang batas < 23.5 cm dan normal jika memiliki ambang batas ≥ 23.5 cm.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden Siswi kelas VII di SMPN 1 Kabupaten Majene Tahun 2020

Variabel	Min	Max	Mean \pm SD
Umur (tahun)	11	15	12.72 \pm 0.76
Hb (gr/dl)	7.8	16	12.93 \pm 1.31
Z-score IMT/U	-3.22	2.42	-0.507 \pm 1.18
Lingkar lengan atas (cm)	18.0	30	21.78 \pm 2.44

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa dari 116 sampel, karakteristik responden berdasarkan umur, minimal umur siswi yaitu 11 tahun, maksimal umur siswi yaitu 15 tahun, dengan rata-rata umur siswi yaitu 13 tahun. Berdasarkan status hemoglobin, minimal hemoglobin yang dimiliki siswi yaitu 7.8 gr/dl, maksimal hemoglobin siswi yaitu 16 gr/dl dengan rata-rata hemoglobin sebesar 12.93 gr/dl. Berdasarkan nilai *z-score* IMT/U, diperoleh nilai minimal *z-score* sebesar -3.22 dan maksimalnya sebesar 2.42 dengan nilai rata-rata sebesar -0.507. Berdasarkan Lingkar Lengan Atas (LILA), minimal ukuran lingkaran lengan atas yang dimiliki siswi sebesar 18 cm dan maksimal sebesar 30 cm dengan rata-rata lingkaran lengan siswi yaitu 21.78 cm.

Tabel 2. Hubungan Antara Kurang Energi Kronik (KEK) dengan Kejadian Anemia pada Siswi Kelas VII di SMPN 1 Kabupaten Majene Tahun 2020

Variabel	Korelasi	Signifikansi	Hasil
KEK	0.208	<i>p value</i> = 0.025	h_a diterima
Anemia		$p < 0.05$	h_0 ditolak

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 di atas dapat diketahui hubungan antara Kurang Energi Kronik (KEK) dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas VII di SMPN 1 Majene menunjukkan

bahwa paling banyak ditemukan siswi yang mengalami KEK dengan kadar Hb normal sebanyak 69 siswi (59.5%) sedangkan yang paling sedikit ditemukan pada siswi yang mengalami anemia namun tidak KEK atau normal sebanyak 2 siswi (1.7%). dapat diketahui hasil uji statistik dengan menggunakan uji *correlation rank spearman* dengan nilai alpha yang digunakan dalam penelitian ini sebesar 0.05 dengan nilai signifikan sebesar 0.05 dan tingkat kepercayaan atau *confidence interval* sebesar 95%. Menunjukkan bahwa nilai sig $0.025 < 0.05$ maka KEK dengan anemia memiliki hubungan positif sebesar 0.208. Nilai tersebut setelah dikonsultasikan dengan tabel interpretasi angka “r” (0.208) berada diantara (0.20-0.399) yang interpretasinya termasuk dalam kategori adanya korelasi yang rendah.

Tabel 3. Hubungan Antara *Wasting* dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Kelas VII di SMPN 1 Kabupaten Majene Tahun 2020

Variabel	Korelasi	Signifikasi	Hasil
<i>Wasting</i> Anemia	0.217	p value = 0.020 p < 0.05	h _a diterima h ₀ ditolak

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 di atas dapat diketahui hasil uji statistik dengan menggunakan uji *correlation rank spearman* dengan nilai alpha yang digunakan dalam penelitian ini sebesar 0.05 dengan nilai signifikan sebesar 0.05 dan tingkat kepercayaan atau *confidence interval* sebesar 95%. Menunjukkan bahwa nilai sig $0.020 < 0.05$ maka KEK dengan anemia memiliki hubungan positif sebesar 0.217. Nilai tersebut setelah dikonsultasikan dengan tabel interpretasi angka “r” (0.217) berada diantara (0.20-0.399) yang interpretasinya termasuk dalam kategori adanya korelasi yang rendah.

PEMBAHASAN

Hubungan Kurang Energi Kronik (KEK) dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Hasil analisis hubungan antara Kurang Energi Kronik (KEK) dengan kejadian anemia pada remaja putri diperoleh 1.7% responden yang memiliki kadar Hb kurang atau anemia dengan Lingkar Lengan Atas (LILA) normal atau tidak KEK dan 59.5% responden yang memiliki kadar Hb normal dengan LILA dibawah batas normal yaitu < 23.5 cm atau KEK. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *correlation rank spearman* menunjukkan nilai p-value sebesar $0.025 < 0.05$ yang berarti H_a diterima dan H₀ ditolak, sehingga terdapat hubungan antara KEK dengan kejadian anemia secara signifikan pada siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Majene.

KEK merupakan keadaan dimana remaja mengalami kekurangan gizi (kalori dan protein) yang berlangsung lama atau menahun, pola makanan adalah salah satu faktor yang berperan penting dalam terjadinya KEK. Terlebih, saat ini remaja putri erat hubungannya dengan *body image* atau faktor emosional seperti takut gemuk seperti ibunya atau merasa malu dipandang lawan jenisnya memiliki tubuh yang gemuk, sehingga selalu ingin menjaga bentuk tubuh dan adapun yang ingin menurunkan berat badan secara drastis. Sedangkan anemia merupakan proses kimiawi yang berkaitan dengan proses metabolisme dan paling sering ditemukan khususnya pada perempuan dan mengalami menstruasi/haid, sebab dari proses terjadinya anemia salah satunya berasal dari pola konsumsi.

Pola konsumsi yang baik mengacu pada gizi seimbang yaitu semua zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan dan seimbang. Kebutuhan zat gizi tubuh hanya dapat terpenuhi dengan pola konsumsi yang

bervariasi dan beragam, karena tidak ada satupun bahan makanan yang mengandung makro dan mikronutrien secara lengkap. Maka dari itu, semakin lengkap, beragam dan bervariasi jenis makanan yang dikonsumsi, maka semakin lengkap perolehan zat gizi untuk mewujudkan kesehatan yang optimal. Pengukuran lingkaran lengan atas adalah salah satu cara untuk mengetahui risiko KEK wanita usia subur. Pada wanita dengan KEK ini mengakibatkan terjadinya defisit kekurangan zat besi, sehingga dapat menjadi salah satu faktor terjadinya anemia. Jika kondisi ukuran lengan cenderung mempunyai nutrisi kurang maka kejadian anemia akan semakin berat. Jumlah minimum besi yang berasal dari makanan yang menyediakan cukup besi untuk setiap individu yang sehat, sehingga dapat terhindar kemungkinan anemia kekurangan zat besi.¹⁰

Lingkar lengan adalah hasil pengukuran yang dilakukan pada lingkaran lengan atas guna untuk mengetahui status gizi. Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia yaitu konsumsi energi maupun protein dalam jangka waktu yang sebentar maupun jangka waktu yang lama. Protein adalah sumber energi kedua setelah karbohidrat. Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Mursyidah Halim Baha tahun 2020 menyatakan bahwa pola konsumsi makanan sumber protein pada siswi SMPN 1 Majene masih tergolong kadang-kadang sehingga masih banyak siswi yang menderita KEK. Namun, sebanyak 55.2% siswi yang sering mengonsumsi jenis makanan sumber zat besi heme seperti ikan basah dan sebanyak 51.7% siswi yang sering mengonsumsi jenis makanan sumber zat besi non heme seperti bayam. Sehingga siswi memiliki kadar Hb normal atau tidak anemia.¹¹

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andriati Swastika Ina tahun 2018 yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara ukuran lengan atas dengan kejadian anemia. Namun, penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Satriani (2018) yang menyatakan bahwa LILA bukan merupakan determinan kejadian anemia pada siswi SMAN 2 kelas XI dan siswi MA DDI Babussalam Kassi di Kecamatan Tamalatea Kabupaten Jeneponto.¹²

Pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) adalah suatu cara untuk mengetahui risiko KEK ibu hamil, wanita usia subur termasuk remaja putri. Pengukuran LILA tidak dapat digunakan untuk memantau perubahan status gizi dalam jangka pendek. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan alat ukur yaitu pita ukur LILA dan ditandai dengan centimeter.¹³

Status gizi pada remaja sangat penting terutama pada remaja putri karena mereka merupakan calon ibu dan mereka membutuhkan kebutuhan gizi yang terus bertambah untuk proses pertumbuhan. Bila masa ini konsumsi gizi tidak seimbang maka mengakibatkan kekurangan gizi. Salah satu alat pengukuran terhadap KEK adalah dengan melakukan pengukuran terhadap LILA.¹⁴

Pengukuran LILA pada Wanita Usia Subur (WUS) adalah salah satu cara deteksi dini yang mudah dan dapat dilaksanakan oleh masyarakat awam, untuk mengetahui kelompok berisiko Kekurangan Energi Kronis (KEK). Tetapi pengukuran LILA tidak dapat digunakan untuk memantau perubahan status gizi dalam jangka pendek. Juga ada beberapa hal yang perlu mendapat perhatian, terutama jika digunakan sebagai pilihan tunggal untuk indeks status gizi. Sehingga untuk mengetahui status gizi pada remaja selain dengan menggunakan LILA perlu dilengkapi dengan teknik pengukuran antropometri yang lain yang dapat

digunakan untuk mengetahui perubahan status gizi seseorang dalam jangka pendek.¹⁵

Hubungan *Wasting* dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Hasil analisis hubungan antara *wasting* dengan kejadian anemia pada responden diperoleh 0.9% responden yang memiliki kadar Hb kurang atau anemia dengan IMT tidak normal atau *wasting* dan 69% responden yang memiliki kadar Hb normal dengan IMT normal atau tidak *wasting*. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *correlation rank spearman* didapatkan nilai *p-value* sebesar $0.020 < 0.05$ yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak, sehingga terdapat hubungan antara *wasting* dengan kejadian anemia secara signifikan pada siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Majene. Hal ini diduga karena siswi tinggal bersama orang tua sehingga makanan siswi dapat diatur oleh orang tua dan dominan pekerjaan ayah siswi sebagai nelayan sehingga lebih sering mengkonsumsi ikan, serta posisi pasar yang dekat dan mudah dijangkau sehingga dengan mudah mendapatkan bahan makanan

Asupan makanan dapat dinilai dari status gizi. Status gizi adalah hal yang patut diperhatikan oleh responden terkait dengan risiko terjadinya anemia. Status gizi dapat diukur secara langsung dan tidak langsung. Akan tetapi adanya permasalahan gizi (gizi kurang maupun lebih) tidak dapat langsung terjadi, akan tetapi bisa terlihat setelah kondisi kekurangan yang cukup lama. Hal ini yang banyak diabaikan oleh remaja. Pada remaja sendiri banyak yang justru membatasi konsumsi makanan (diet), sehingga akan mempengaruhi status gizi pada remaja.¹⁶ Status gizi yang baik dapat ditentukan oleh asupan gizi yang baik/adekuat. Status gizi yang baik tentunya akan dapat memenuhi kebutuhan akan zat gizi termasuk zat besi sehingga kadar Hb juga dapat memenuhi kebutuhan normal (tidak anemia).¹⁷

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadila Andina Putri S tahun 2019 yang menyatakan bahwa ada hubungan status gizi dengan kejadian hemoglobin pada remaja putri kelas VIII di SMPN 3 Lubuk Pakam. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hapzah tahun 2012 yang menyatakan bahwa ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Semakin tinggi remaja yang memiliki status gizi kurang maka semakin tinggi angka kejadian anemia pada remaja putri. Namun penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Abdul Basith, dkk tahun 2017 yang menyatakan bahwa faktor yang tidak berhubungan dengan anemia adalah status gizi¹⁸ dan penelitian yang dilakukan oleh Wahyu Mahar Permatasari tahun 2016 menyatakan tidak ada hubungan antara status gizi dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.¹⁹

Responden yang memiliki status gizi normal atau tidak *wasting*, mereka juga akan dapat terkena anemia apabila kebiasaan makan mereka yang tidak seimbang seperti apabila responden jarang mengkonsumsi buah-buahan, sayur-sayuran dan bisa juga disebabkan apabila sering memakan makanan yang mengandung karbohidrat dan lemak saja tidak diimbangi dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung mineral, protein dan vitamin. Namun, asupan makanan siswi tidak diteliti dalam penelitian ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, ditemukan kesimpulan diantaranya terdapat 21.6% siswi kelas VII SMPN 1 Majene yang mengalami anemia, 10.3% yang mengalami *wasting*, 0.9% yang

memiliki status gizi *wasting* dan mengalami anemia, 79.3% yang mengalami Kurang Energi Kronik (KEK) dan sebanyak 9.8% yang mengalami KEK dan anemia. Ada hubungan antara KEK dan *wasting* dengan kejadian anemia pada siswi kelas VII SMPN 1 Majene, sehingga disarankan bahwa remaja putri tetap perlu mengonsumsi makanan bergizi yang adekuat dan mengonsumsi suplemen zat besi untuk mengendalikan anemia. Selain itu, juga paham akan pentingnya kecukupan kebutuhan zat gizi untuk seusianya melalui sosialisasi kesehatan remaja putri. Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengkaji lebih banyak faktor-faktor yang mempengaruhi KEK dan *wasting* pada remaja putri di SMPN 1 Majene.

DAFTAR PUSTAKA

1. Merryana A, Wirjatmadi B. Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan. Edisi Pert. PRENADAMEDIA GROUP; 2016.
2. Simbolon D, Jumiati, Rahmadi A. Pencegahan Dan Penanggulangan Kurang Energi Kronik (KEK) Dan Anemia Pada Ibu Hamil. Cetakan Pe. CV Budi Utama; 2018.
3. Hapzah, Ramlah Y. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Pada Siswi Kelas III di SMAN 1 Tinambung Polewali Mandar. 2012;8013:121-126.
4. Ruaida N, Marsaoly M. Tingkat Konsumsi Energi dan Protein dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Siswa Putri di SMA Negeri 1 Kairatu. Glob Heal Sci. 2017;2(2):87-90.
5. BAPPENAS, UNICEF. Laporan Baseline SDG tentang Anak-Anak di Indonesia. Kementerian Perenc Pembang Nas dan United Nations Child Fund. Published online 2017:1-105. https://www.unicef.org/indonesia/id/SDG_Baseline_report.pdf
6. Mengistu G, Azage M, Gutema H. Iron Deficiency Anemia among In-School Adolescent Girls in Rural Area of Bahir Dar City Administration, North West Ethiopia. Anemia. 2019;2019:1-9. doi:10.1155/2019/1097547
7. Riskesdas 2018. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. Kementrian Kesehat Republik Indones. Published online 2018:1-100. doi:1 Desember 2013
8. Kementerian Kesehatan RI. Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017.; 2018.
9. Fitrah E, Hajdu V, Citrakesumasari. Pola Konsumsi dan Status Hb Remaja Putri (SMP) di Daerah Endemik Malaria Kec. Baras Kab. Mamuju Utara Sulawesi Barat. J Chem Inf Model. 2019;53(9):1689-1699. doi:10.1017/CBO9781107415324.004
10. Ina AS, Yulifah R, Susmini. Hubungan Ukuran Lingkar Lengan Atas dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa di Asrama Putri Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. 2017;2:748-757.
11. Baha MH. Hubungan Pola Konsumsi Makanan Sumber Zat Besi Heme dan Non Heme, Protein, Vitamin C dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Kabupaten Majene. Fak Kesehat Masy. Published online 2020.
12. Satriani. Analisis Determinan Anemia pada Remaja Putri (15-18 Tahun) di Kecamatan Tamalate Kabupaten Jeneponto. Tesis. Published online 2018:1-179.
13. Yosephin B, Darwis, Eliana, et al. Buku Pegangan Petugas KUA Sebagai Konselor 1000 HPK Dalam Mengedukasi Calon Pengantin Menuju Bengkulu Bebas Stunting. Cetakan Pe. CV BUDI UTAMA; 2019.
14. Hastutik AW. Analisis Kadar Hemoglobin Berdasarkan Lingkar Lengan Atas (LILA) Pada Remaja Putri di STIKES Mitra Husada Karanganyar. Maternal. 2016;(April):1-4.

15. Paramata Y, Sandalayuk M. Kurang Energi Kronis pada Wanita Usia Subur di Wilayah Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo. *Gorontalo J Public Heal*. 2019;2(1):120. doi:10.32662/gjph.v2i1.390
16. Adhisti AP, Puruhita N. Hubungan Status Antropometri dan Asupan Gizi Dengan Kadar HB dan Ferritin Remaja Putri (Penelitian pada remaja putri pondok pesantren At-Taqwa Semarang). FK Univ Diponegoro. Published online 2011.
17. Siregar FAP. Hubungan Status Gizi dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Kelas VIII di SMON 3 Lubuk Pakam. Published online 2019:5-10.
18. Basith A, Agustina R, Diani N. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Dunia Keperawatan*. 2017;5(1):1. doi:10.20527/dk.v5i1.3634
19. Permatasari WM. Hubungan antara Status Gizi, Siklus dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMA Negeri 3 Surabaya. *Perpust Univ Airlangga*. Published online 2016:1-62.