

Original Article\*)

**Hubungan Pola Makan, Gaya Hidup, Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Madrasah Tsanawiah Tanwirian Cianjur***(The Relationship Between Diet, Lifestyle, and Family Support and the Incidence of Anemia in Adolescent Girls at Madrasah Tsanawiah Tanwirian Cianjur)***Nita Wahyuni<sup>1</sup>**<sup>1</sup>*TPMB Pribadi Ibu, Kp Cikadu, RT.01/RW.06, Ds. Jamali Mande, Kabupaten Cianjur Gedung HZ Jl. Harapan No. 50, Lenteng Agung – Jakarta Selatan 12610*

Email correspondent: nitaarywahyuni@gmail.com

**Abstract**

**Introduction:** Anemia is a nutritional problem that is widely found throughout the world which does not only occur in developing countries but also in developed countries. Young women have a ten times greater risk of suffering from anemia compared to young men. This is because young women experience menstruation every month and are in a period of growth, so they need more iron intake. The impact of the incidence of anemia in adolescents can reduce concentration and academic achievement, as well as affect productivity among adolescents. The general objective of this study was to determine the relationship between diet, lifestyle, and family support for the incidence of anemia in young women at Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur in 2023.

**Methods:** This study used a quantitative method with a *cross-sectional* study design. The total population is 176 with a sample of 64 young women.

**Results:** The results of the univariate statistical test showed that 36 (56,3%) female students had a poor lifestyle; 50 (78,1%) had a poor diet; and 38 (59.4%) had a supportive family. The results of the bivariate analysis found that the *p-values* of all *p-value* variables  $<\alpha$  (0,05); diet (0,016); lifestyle (0,011); and family support (0,002) mean that  $H_0$  is rejected or there is a significant relationship between pattern eating, lifestyle, and family support on the incidence of anemia in young women.

**Discussion:** This study concludes that diet, lifestyle, and family support have a significant effect on the occurrence of anemia in adolescents, the *p-value* of diet 0,016 evidences this; lifestyle 0,011; and family support 0,002. Suggestions from the research that has been done, the researcher tries to provide some suggestions to future researchers. With the hope that the suggestions given can be useful in further research.

**Keywords:** anemia, anemia in adolescent girls, diet, lifestyle, family support

**Artikel**

Disubmit (Received) : May 24, 2023

Diterima (Accepted) : May 24, 2024

Diterbitkan (Published): June 11, 2024

**Copyright: © 2024 by the authors. License DPOAJ, Jakarta, Indonesia. This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)**

## Pendahuluan

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju. Menurut WHO angka kejadian anemia pada remaja banyak terdapat di negara berkembang, Indonesia termasuk dalam negara berkembang.<sup>1</sup> Kejadian anemia merupakan masalah yang paling banyak ditemukan pada remaja, remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan menderita anemia. Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja.<sup>2</sup>

Remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk tubuh, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makanan dan banyak pantangan terhadap makanan. Bila asupan makanan kurang maka cadangan besi banyak yang berkurang. Keadaan seperti ini dapat mempercepat terjadinya anemia.<sup>2</sup> *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 melaporkan bahwa prevalensi kejadian anemia secara global terjadi pada 204 negara sejak tahun 1990-2019. Berdasarkan data penelitian yang dilakukan tahun 2020 didapatkan peningkatan total kasus anemia dari 1,42 miliar pada tahun 1990 menjadi 1,74 miliar di tahun 2019. Penelitian ini juga menunjukkan 3 wilayah penyumbang anemia tertinggi adalah Afrika Barat, Asia Selatan, dan Afrika Tengah.<sup>1</sup> Dampak dari kejadian anemia pada remaja dapat menurunkan konsentrasi dan prestasi belajar, serta mempengaruhi produktivitas di kalangan remaja. Akibat dari jangka panjang penderita anemia gizi besi pada remaja putri yang nantinya akan hamil, maka remaja putri tersebut tidak mampu memenuhi zat-zat gizi pada dirinya dan pada janinnya sehingga dapat meningkatkan terjadinya resiko kematian maternal, prematuritas, BBLR, dan kematian perinatal. Melihat dampak yang terjadi di kalangan remaja akibat kejadian anemia sangat merugikan pada masa yang akan datang, maka pencegahan maupun penanggulangan masalah anemia perlu ditingkatkan.<sup>5</sup>

Berdasarkan data rekam medis UKS di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur di tahun 2019 terdapat 26 siswa yang mendalami anemia, diantaranya 15 siswa putri dan 11 siswa putra. Di tahun 2020 terdapat 18 siswa yang mengalami anemia diantaranya 11 orang siswa putri dan 7 orang siswa putra. Tahun 2021, terdapat 35 orang yang mengalami anemia diantaranya 27 orang siswi dan 8 orang siswa, dengan gejala pusing, pandangan kabur, dan terdapat 7 orang siswa/siwi yang mengalami kejadian pingsan di sekolah pada saat upacara bendera. Studi Pendahuluan yang dilakukan penulis terkait pola makan, gaya hidup dan dukungan keluarga siswa dari 10 orang yang di wawancara, 8 memiliki pola makan yang tidak teratur dan kurang makan sayur, 5 diantaranya memiliki gaya hidup yang kurang baik yaitu jarang melakukan olahraga dan seringnya bermain gadget; 6 diantaranya mempunyai keluarga yang kurang mendukung yaitu keluarga yang tidak mendukung dalam hal menyiapkan bekal makanan sehat dan juga dukungan emosi atau dukungan untuk didengarkan ketika bercerita.

Berdasarkan studi pendahuluan di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur hasil pengecekan kadar Hemoglobin terhadap 10 orang remaja putri kelas X didapatkan data 6 dari 10 siswa putri mengalami anemia dengan kadar Hb rata-rata di angka 10-11g%. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pola Makan, Gaya Hidup, Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur Tahun 2023.”

## Anemia

Anemia adalah keadaan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi Hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari normal atau tidak mencukupi kebutuhan tubuh (WHO). Menurut Kemenkes 2019 anemia adalah suatu keadaan tubuh dimana kadar Hemoglobin dalam darah kurang dari jumlah normal atau sedang mengalami penurunan. Anemia merupakan kondisi dimana sel darah merah tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis berbeda pada setiap orang dipengaruhi oleh jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok, dan tahap kehamilan. Anemia juga didefinisikan

dengan suatu keadaan dimana kadar Hemoglobin dalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok individu berdasarkan usia dan jenis kelamin (Adriani 2012). Menurut Maryanti 2015 anemia defisiensi zat besi merupakan anemia yang paling sering ditemukan diperkirakan sekitar 30% penduduk dunia menderita anemia dan lebih dari setengahnya merupakan anemia defisiensi zat besi.<sup>13</sup>

Anemia dapat dikelompokkan menjadi kedalam tiga kategori yakni dikatakan anemia ringan apabila kadar Hemoglobin dalam darah berkisar pada 9-10gr%; anemia sedang apabila kadar Hemoglobin dalam darah berkisar pada 7-8gr%; dan anemia berat apabila kadar Hemoglobin dalam darah kurang dari 7gr%. Salah satu faktor yang menyebabkan tinggi atau rendahnya kadar hemoglobin dalam darah adalah asupan zat gizi. Proses produksi sel darah merah berjalan dengan lancar apabila kebutuhan zat gizi yang berguna dalam pembentukan Hemoglobin terpenuhi (Almatsier et al 2011). Komponen gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin adalah zat besi, sedangkan vitamin C dan protein membantu penyerapan Hemoglobin. Zat besi merupakan salah satu komponen heme yang dibutuhkan tubuh untuk membentuk Hemoglobin.<sup>14</sup>

### **Pola Makan**

Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran dengan meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit.<sup>22</sup> Secara umum faktor yang mempengaruhi terbentuknya pola makan adalah faktor ekonomi, sosial budaya, agama, pendidikan, dan lingkungan.<sup>24</sup>

#### **a. Faktor ekonomi**

Variabel ekonomi mencukup dalam peningkatan peluang untuk daya beli pangan dengan kuantitas dan kualitas dalam pendapatan menurunkan daya beli pangan secara kualitas maupun kuantitas masyarakat.

#### **b. Faktor social budaya**

Pantangan dalam mengkonsumsi jenis makanan dapat dipengaruhi oleh faktor budaya sosial dalam kepercayaan budaya adat daerah yang menjadi kebiasaan atau adat. Kebudayaan di suatu masyarakat memiliki cara mengkonsumsi pola makan dengan cara sendiri.

#### **c. Agama**

Dalam agama pola makan ialah suatu cara makan dengan diawali berdoa sebelum makan dengan diawali makan menggunakan tangan kanan.<sup>22</sup>

#### **d. Pendidikan**

Dalam pendidikan pola makan ialah salah satu pengetahuan, yang dipelajari dengan berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan dan penentuan kebutuhan gizi.

#### **e. Lingkungan**

Dalam lingkungan pola makan ialah berpengaruh terhadap pembentuk perilaku makan berupa lingkungan keluarga melalui adanya promosi, media elektronik, dan media cetak.

#### **f. Kebiasaan makan**

Kebiasaan makan ialah suatu cara seseorang yang mempunyai keterbiasaan makan dalam jumlah tiga kali makan dengan frekuensi dan jenis makanan yang dimakan.<sup>22</sup>

### **Gaya Hidup**

Gaya hidup adalah sekumpulan perilaku yang mempunyai arti bagi individu maupun orang lain pada suatu saat di suatu tempat, termasuk didalam hubungan sosial, konsumsi barang, entertainment dan berbusana. Perilaku-perilaku yang nampak di dalam gaya hidup merupakan campuran dari kebiasaan, cara-cara yang disepakati bersama dalam melakukan sesuatu, dan perilaku yang berencana.<sup>25</sup> Gaya hidup berkembang karena ada kebutuhan, tuntutan dan penguatan, adalah mazhab behavioristik yang menyatakan bahwa suatu perilaku akan diulangi bila perilaku tersebut membawa kepuasan atau kenikmatan dan tidak ada hukuman yang menyertainya. Gaya hidup menurut Kotler (2009) adalah pola hidup seseorang di dunia yang diekspresikan dalam aktivitas, minat, dan opininya. Gaya hidup menggambarkan “keseluruhan diri seseorang” dalam berinteraksi dengan lingkungannya.<sup>18</sup> Dari pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa gaya hidup merupakan suatu pola hidup seseorang tentang bagaimana mereka menghabiskan waktu mereka apa yang mereka anggap paling penting bagi

diri mereka dalam kehidupan sehari-hari dan bagaimana pandangan mereka tentang diri mereka ataupun tentang dunia luar sekitar mereka.<sup>26</sup>

### Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang melindungi seseorang dari efek stress yang buruk.<sup>25</sup> Dukungan keluarga menurut Fridman (2010) dalam Fatwikingasih (2020) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikannya. Jadi dukungan sosial keluarga mengacu kepada dukungan-dukungan sosial yang dipandang oleh anggota keluarga sebagai sesuatu yang dapat diakses atau diadakan untuk keluarga yang selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan.<sup>25</sup>

Menurut Caplan (1974) dalam Fatwikingasih (2020) terdapat tiga sumber dukungan sosial umum, sumber ini terdiri atas jaringan informal yang spontan: dukungan terorganisasi yang tidak diarahkan oleh petugas kesehatan profesional, dan upaya terorganisasi oleh profesional kesehatan. Dukungan sosial keluarga mengacu kepada dukungan-dukungan sosial yang di pandang oleh anggota keluarga sebagai sesuatu yang dapat diakses atau diadakan untuk keluarga (dukungan sosial bisa atau tidak digunakan tetapi anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan). Dukungan sosial keluarga dapat berupa dukungan sosial keluarga internal seperti dukungan dari suami/istri atau dukungan dari saudara kandung atau dukungan sosial keluarga eksternal.

Sangatlah luas diterima bahwa orang yang berada dalam lingkungan sosial yang suportif umumnya memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan rekannya yang tanpa keuntungan ini. Lebih khususnya karena dukungan sosial dapat dianggap mengurangi atau menyangga efek serta meningkatkan kesehatan mental individu atau keluarga secara langsung, dukungan sosial adalah strategi penting yang harus ada dalam masa stress bagi keluarga.<sup>25</sup> Dukungan sosial juga dapat berfungsi sebagai strategi pencegahan guna mengurangi stress akibat negatifnya menurut Roth (1996) dalam.<sup>26</sup> Sistem dukungan keluarga ini berupa membantu berorientasi tugas sering kali diberikan oleh keluarga besar, teman, dan tetangga. Bantuan dari keluarga besar juga dilakukan dalam bentuk bantuan langsung, termasuk bantuan financial yang terus-menerus dan intermiten, berbelanja, merawat anak, perawatan fisik lansia, melakukan tugas rumah tangga, dan bantuan praktis selama masa krisis.<sup>25</sup>

### Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yaitu data-data yang digunakan berupa angka dan menggunakan perhitungan statistic. Hasil penelitian ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi atau table-tabel yang berisi angka. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross-sectional*. Desain *cross-sectional* yaitu penelitian tentang hubungan antara variable sebab atau risiko dan akibat pada objek penelitian diukur atau dikumpulkan secara simultan (dalam waktu yang bersamaan).<sup>27</sup> Penelitian ini dilakukan di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur.

Waktu penelitian ini dilakukan di bulan Februari 2023 sampai dengan Maret 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI yang ada di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur dengan jumlah 176 siswi dan diambil sampel sebanyak 64 siswi dengan *Probability Sampling*. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrument penelitian berupa alat pengecekan Hb (stik Hb) dan juga kuesioner. alat pengecekan Hb yang peneliti gunakan menggunakan metode Amprometeri yang bias akita kenal dengan Stik Hb sedangkan kuesioner atau angket merupakan alat ukur dengan beberapa pertanyaan terkait dengan variable yang diteliti oleh peneliti berupa pola makan, gaya hidup, dan juga dukungan orang tua pada remaja putri kelas XI di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur.

**Hasil Analisis Penelitian Uji Validitas Variabel**

No	Nilai r Hitung	Nilai r Hitung	Nilai r Hitung	Nilai r Tabel	Keterangan
1	0,615	0,823	0,849	0,444	Valid
2	0,539	0,864	0,806	0,444	Valid
3	0,459	0,611	0,785	0,444	Valid
4	0,655	0,581	0,777	0,444	Valid
5	0,473	0,843	0,871	0,444	Valid
6	0,781	0,626	0,816	0,444	Valid
7	0,475	0,858	0,861	0,444	Valid
8	0,540	0,823	0,693	0,444	Valid
9	0,585	0,864	0,767	0,444	Valid
10	0,572	0,780	0,780	0,444	Valid
11	0,633	0,655	0,738	0,444	Valid
12	0,616	0,787	0,839	0,444	Valid
13	0,493	0,470	0,753	0,444	Valid
14	0,633	0,561	0,884	0,444	Valid
15	0,563	0,752	0,693	0,444	Valid
16		0,852		0,444	Valid
17		0,514		0,444	Valid
18		0,600		0,444	Valid
19		0,780		0,444	Valid
20		0,505		0,444	Valid

Berdasarkan tabel hasil uji validitas terhadap 15 butir pertanyaan variabel gaya hidup 20 pertanyaan variabel pola makan dan 15 pertanyaan variabel dukungan keluarga menunjukkan semua pertanyaan-pertanyaan mempunyai hasil valid atau sah karena masing-masing r hitung > r tabel. Sehingga seluruh pertanyaan dapat diikutsertakan dalam kuesioner penelitian.

**Uji Reliabilitas Variabel**

Reliability Statistic		
Variabel	Crombach's Alpha	N of Item
Gaya Hidup	0,947	15
Pola Makan	0,947	20
Dukungan Keluarga	0,955	15

Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas variabel gaya hidup (*Cronbach's Alpha* 0,947); pola makan (*Crombach Alpha* 0,947), dan dukungan keluarga (*Crombach Alpha* 0,955). Sehingga hasil uji reliabilitas pada variabel gaya hidup, pola makan, dan dukungan keluarga dinyatakan reliabel karena

nilai *Cronbach's Alpha* > 0,6. Artinya butir-butir pernyataan pada variabel gaya hidup pola makan dukungan keluarga dapat konsisten untuk dijadikan pernyataan-pernyataan pada kuesioner penelitian

**Analisis Bivariate**  
**Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia**

Pola Makan	Kejadian Anemia				Total		P-Value	Or
	Tidak Anemia		Anemia		N	%		
	N	%	N	%				
Baik	10	71,4	4	28,6	14	100	0,016	1,263
Kurang Baik	17	34,0	33	66,0	50	100		
Total	27	42,2	37	57,8	64	100		

Berdasarkan tabel diatas didapatkan dari 64 siswi sebagian besar mempunyai pola makan kurang baik yaitu 17 (34,0%) dan mengalami anemia. Hasil uji statistic didapatkan nila *p-value* <  $\alpha$ ; *p-value* = 0,016 artinya H0 di tolak dan dapat disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur tahun 2023 dengan nila OR 1,263 yang artinya siswi yang mempunyai pola makan kurang baik mempunyai resiko 1,2 kali lebih beresiko mengalami kejadian anemia.

**Hubungan Gaya Hidup dengan kejadian anemia**

Gaya Hidup	Kejadian Anemia				Total		P-Value	OR
	Tidak Anemia		Anemia		N	%		
	N	%	N	%				
Baik	17	60,7	11	39,3	28	100	0,011	2,186
Kurang Baik	10	27,8	26	72,2	36	100		
Total	27	42,2	37	57,8	64	100		

Berdasarkan tabel diatas didapatkan dari 64 siswi sebagian besar siswi yaitu 26(72,2%) memiliki gaya hidup yang kurang baik dan mengalami anemia. Hasil uji statistic didapatkan nila *p-value* <  $\alpha$ ; *p-value* = 0,011 artinya H0 di tolak dan dapat disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian anemia pada remaja putri di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur tahun 2023 dengan nila OR 2,186 yang artinya siswi yang mempunyai gaya hidup kurang baik mempunyai resiko 2,1 kali lebih beresiko mengalami kejadian anemia.

**Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Anemia**

Dukungan keluarga	Kejadian Anemia				Total		P-Value	OR
	Tidak Anemia		Anemia		N	%		
	N	%	N	%				
Mendukung	22	57,9	16	42,1	38	100	0,002	3,011
Kurang mendukung	5	19,2	21	80,8	26	100		
Total	27	42,2	37	57,8	64	100		

Berdasarkan tabel diatas didapatkan dari 64 siswi sebagian besar siswi yaitu 22 (57,9%) memiliki keluarga yang mendukung aktivitas sehari-harinya dan tidak mengalami anemia. Hasil uji statistic didapatkan nila  $p\text{-value} < \alpha$ ;  $p\text{-value} = 0,002$  artinya  $H_0$  di tolak dan dapat disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian anemia pada remaja putri di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur tahun 2023 dengan nila OR 3,011 yang artinya siswi yang mempunyai keluarga yang kurang mendukung dalam aktivitas sehari-harinya mempunyai resiko 3 kali lebih beresiko mengalami kejadian anemia.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 64 siswi sebagian besar mempunyai pola makan kurang baik yaitu 17 (34,0%) dan mengalami anemia. Hasil uji statistic didapatkan nila  $p\text{-value} < \alpha$ ,  $p\text{-value} = 0,016$  artinya  $H_0$  di tolak dan dapat disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur tahun 2023 dengan nila OR 1,263 yang artinya siswi yang mempunyai pola makan kurang baik mempunyai resiko 1,2 kali lebih beresiko mengalami kejadian anemia. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian dari Yolanda R (2018) yang menyatakan proporsi anemia remaja putri di SMA Pencawan medan adalah 62% dan tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Tetapi penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ely Choirunisa (2021) tentang “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri,” yang menyatakan rata-rata pola makan responden dalam kategori kurang baik yaitu sebanyak 56%, dan terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Hasil penelitian didapatkan dari 64 siswi sebagian besar siswi yaitu 26 (72,2%) memiliki gaya hidup yang kurang baik dan mengalami anemia. Hasil uji statistic didapatkan nila  $p\text{-value} < \alpha$ ;  $p\text{-value} = 0,011$  artinya  $H_0$  di tolak dan dapat disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian anemia pada remaja putri di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur tahun 2023 dengan nila OR 2,186 yang artinya siswi yang mempunyai gaya hidup kurang baik mempunyai resiko 2,1 kali lebih beresiko mengalami kejadian anemia. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari Retno S. dkk (2021) tentang pola menstruasi, gaya hidup, dan dukungan keluarga berhubungan dengan kejadian anemia dengan hasil dari 38 siswi; 15 diantaranya mengalami anemia dan mendapatkan hasil analisis dengan  $p\text{-value} 0,026$  yang berarti terdapat hubungan yang berarti antara gaya hidup dengan kejadian anemia.

Hasil dari penelitian ini didapatkan dari 64 siswi sebagian besar siswi yaitu 22 (57,9%) memiliki keluarga yang mendukung aktivitas sehari-harinya dan tidak mengalami anemia. Hasil uji statistic didapatkan nila  $p\text{-value} < \alpha$ ,  $p\text{-value} = 0,002$  artinya  $H_0$  di tolak dan dapat disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian anemia pada remaja putri di Madrasah Tsanawiah Tanwiriah Cianjur tahun 2023 dengan nila OR 3,011 yang artinya siswi yang mempunyai keluarga yang kurang mendukung dalam aktivitas sehari-harinya mempunyai resiko 3 kali lebih beresiko mengalami kejadian anemia. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori dari Dartiwen (2021) yang menyatakan bahwa faktor yang memicu kejadian anemia salah satunya adalah peran orang tua/dukungan keluarga yang diberikan kepada remaja tersebut. Dukungan keluarga ini meliputi dukungan emosi, dukungan informasi, dan dukungan peralatan juga termasuk memperhatikan asupan gizi remaja tersebut. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Retno S. dkk (2021) tentang pola menstruasi, gaya hidup, dan dukungan keluarga dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Gema Islami Tangerang dengan hasil analisis didapatkan  $p\text{-value} 0,013$  yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kejadian anemia pada remaja.

### Makna Singkatan (Abbreviations)

WHO : World Health Organizations

**Persetujuan Etik**

Penelitian ini sudah lolos uji etik pada komisi etik UIMA dengan Nomor: 3883/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/III/2023.

**Konflik Kepentingan**

Penelitian ini adalah penelitian independen yang tidak terkait dan tidak memiliki kepentingan individu dan juga organisasi manapun.

**Pendanaan**

Sumber dana yang digunakan dalam penelitian ini sepenuhnya bersumber dari dana pribadi peneliti.

**Kontribusi Penulis**

Penelitian ini dilakukan oleh NW sebagai author.

**Ucapan Terimakasih**

Terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini.

**References**

1. WHO. The Global Prevalence of Anemia in 2020 (Internet). 2020. Available From: <https://www.who.int/data/collections>.
2. Nurbadiyah W. Anemia Defisiensi Besi. Yogyakarta: Deepublish: 2019.
3. Kemenkes RI. Profile Kesehatan Indonesia Tahun 2017 (Internet). 2017. Available From: <https://promkes.kemkes.go.id/remaja-bebas-anemia-konsentrasi-belajar-meningkat-bebas-prestasi>.
4. Cianjur KK. Laporan Kinerja Instansi Kesehatan. 2020: Available From: <https://cianjurkab.go.id/wp-content/uploads/2021/02/lakip-2020.pdf>.
5. Mutianingsih R., Muliani S., Supiana N., Safinatunnaja B., Munawarah Z. Dan Mawaddah S. Penyuluhan Kesehatan Dalam Siklus Hidup Perempuan. Pekalongan: Penerbit NEM: 2022. 79 P.
6. Ketaren YROB. Hubungan Pola Makan Dengan Angka Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Pencawan Medan Tahun 2018. Poltekkes Kemenkes Medan. 2018: (Kebidanan).
7. Sembiring PSOB. Hubungan Gaya Hidup Remaja Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas X Di SMA Negeri 2 Binjai Tahun 2018. Poltekkes Kemenkes Medan. 2018: (Kebidanan).
8. Sugesti R., Islami D. Dan Munawaroh M. Pola Menstruasi, Gaya Hidup Dan Dukungan Keluarga Berhubungan Dengan Kejadian Anemia. Stikes Indonesia Maju. 2021: 01 (Journal Kebidanan).
9. Jaelani M., Simanjuntak BY. Dan Yuliantini E. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. Poltekkes Tanjung Karang. 2017: 08 (Anemia).
10. Apriliani Y., Arisjulyanto D. Dan Istiyati S. Hubungan Gaya Hidup Dengan Anemia Pada Siswa-Siswi Kelas VIII SMPN 01 Wates Kulon Progo. Universitas Gajah Mada. 2018: 34 (Berita Kedokteran Masyarakat).
11. Nisa EC. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. Universitas Dr Soebandi Jember. 2021: 01 (Keperawatan).
12. Suryani IS., Jamil MU., Mulyana A., Sumarni, Hilmawan RG. Dan Amalia NR. Pencegahan Anemia Dengan Makanan Tambahan Menuju Ibu Hamil Sehat Dan Kreatif. Fatimah M., Editor. Tasikmalaya: EDU Publisher; 2021. 58 P.
13. Astutik RY., Ertiana D. Anemia Dalam Kehamilan. CV Pustaka Abadi: 2018.
14. Proverawati A. Anemia Dan Anemia Kehamilan. Yogyakarta: Penerbit Buku Nuha Medika: 2018.
15. Suryani IS. Dan Sulastri M. Konseling Anemia Remaja. Pertama. Daryanti E. Editor. Tasikmalaya: EDU Publisher: 2021: 60 P.
16. Yuni NE. Kelainan Darah. Yogyakarta: Nuha Medica: 2017.
17. Nurbaya S., Yusra Dan Handayani SI. Cerita Anemia. Jakarta: UI Publishing: 2019. 37 P.
18. Yatiningsih E., Marunung JSR, Siskariyanti, Dan Riswandi N. Ilmu Gizi Dan Olahraga. Pertama. Media TQ. Editor. Pasuruan, Jawa Timur: CV Penerbit Qiara Media: 2021. 57 P.
19. Kemenkes RI. Infodatin. 2019: 2019.
20. Togatorop LB., Mawarti H., Saputra BA., Elon Y., Malinti E. Dan Manalu NV., Et Al. Keperawatan Sistem Imun Dan Hematologi. Cetakan 1. Karim A. Editor. Medan: Yayasan Kita Menulis: 2021. 232 P.

21. Nurfadly, Herbina, Arisanty R., Andriani N. Dan Pratiwi Febriana Dewi Dkk. Bekal Dasar Dokter Puskesmas. Nurfadly, Annisa Dan Syahputra H. Editors. Medan: Umsu Press. 2021.
22. Wardawati, Sulaiman Y., Suharmi, Sebba AK. Dan Zulkifli, Dina D., Et Al. Dasar-Dasar Ilmu Gizi. Pertama. Saputra N. Editor. Pidie. Aceh: Yayasan Penerbit Muammad Zaini: 2021. 293 P.
23. Ulfah K. Dan Widayani W. Edukasi Kesehatan Reproduksi Dan Seksual Pada Remaja Tunanetra. Nasrudin M. Editor. Pekalongan: Penerbit NEM: 2022.
24. Purba DH., Kushargina R., Ningsih WIF., Lusiana SA., Rasmaniar TL Dan Triatmaja NT. Et Al. Kesehatan Dan Gizi Untuk Anak. Cetakan 1. Watrianthos R., Editor. Medan: Yayasan Kita Menulis: 2021. 240 P.
25. Fatwikingasih N. Teori Psikologi Kepribadian Manusia. Kika M. Editor. Yogyakarta: Penerbit Andi: 2020. 332 P.
26. Saifuddin A. Psikologi Umum Dasar. Pertama. Jakarta: Kencana: 2022. 366 P.
27. Timotius KH. Pengantar Metodologi Penelitian. Ed 1. Christian P. Editor. Yogyakarta: Penerbit Andi: 2017.
28. Suhardi M. Buku Ajar Dasar Metodologi Penelitian. Cetakan Pe. Hidayat M., Miskadi, Murtikusuma RP., Editors. Lombok: Penerbit P4I: 2023.

\*) Original Article

---ISJNMS---