

Hubungan antara Persepsi Tubuh dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Desa Patokaan Kabupaten Minahasa Utara

Relationship Between Body Image and Anemia in Adolescent Women in Patokaan Village Minahasa Utara District

*Majesty Wowiling**, Nancy S.H Malonda, Nova H. Kapantouw

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi, Manado, Indonesia

**Email korespondensi:majestywowiling121@student.unsrat.ac.id*

ABSTRAK

Pendahuluan; Anemia adalah sebagian masalah gizi yang sampai saat ini menjadi perhatian oleh pemerintah. Tujuan; untuk mengetahui hubungan antara persepsi tubuh (body image) dengan kasus anemia terhadap remaja putri di Desa Patokaan, Kabupaten Minahasa Utara. Jenis penelitian berikut ialah kuantitatif dengan desain studi observasional analitik. Penelitian ini memakai pendekatan cross sectional study. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Patokaan, Kabupaten Minahasa Utara, Sulawesi Utara dengan jumlah 50 sampel. Hasil; Hasil penelitian dengan uji fisher's exact pada setiap subskala, diperoleh nilai signifikan p-value 0,276 untuk subskala evaluasi penampilan (appearance evaluation), p-value 0,534 untuk subskala orientasi penampilan (appearance orientation), p-value 1,000 untuk subskala kepuasan terhadap bagian tubuh (Body area satisfaction), p value 1,000 untuk subskala kecemasan menjadi gemuk dan p-value 0,588 untuk subskala pengkategorian ukuran tubuh (Self- classified weight). Kesimpulan; diperoleh bahwa variabel persepsi tubuh (body image) tidak memiliki hubungan dengan kejadian anemia.

Kata Kunci: *Anemia; Hemoglobin; Persepsi Tubuh; Remaja Putri*

ABSTRACT

Background; Anemia is one of the wholesome issues that has gotten consideration from the government. Targets; to discover out the relationship between body image and the frequency of anemia in adolescent girls in Patokaan Town, North Minahasa. This research is quantitative with an expository observational investigate plan. This ponder utilized a cross sectional study. This research was conducted in Patokaan Town, North Minahasa Rule, North Sulawesi with a total of 50 samples. Results; The results with the Fisher's exact test on each subscale, gotten a critical p-value of 0,276 for the appearance assessment subscale, a p-value of 0.534 for the appearance introduction subscale, a p-value of 1.000 for the body range fulfillment subscale, a p-value of 1,000 for the uneasiness subscale of getting to be fat and a p-value of 0,588 for the self-classified body estimate subscale. Conclusion; it was found that body image has no relationship with the rate of Anemia.

Keywords: *Anemia; Hemoglobin; Body Image; Adolescent*

PENDAHULUAN

Anemia merupakan satu diantara permasalahan gizi yang sampai kini menjadi perhatian oleh pemerintah. Prevalensi anemia terhadap remaja putri di Indonesia menurut World Health Organization pada tahun 2019 adalah sebesar 31,2%. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yakni 21,7%, dimana 18,4% pada pria dan 23,9% pada wanita. Bersumber data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia terhadap remaja senilai 32%, berdasarkan kelompok umur, ada 26,4% anak umur 5-14 tahun serta 18,4% umur 15-24 tahun mengidap anemia yang berarti, di Indonesia terdapat kisaran 1 dari 5 anak remaja mengidap anemia dan dapat dilihat bahwa prevalensi anemia di Indonesia terus mengalami peningkatan.

Selama masa pubertas, remaja putri beresiko lebih tinggi terkena anemia defisiensi besi, hal ini dikarenakan zat besi hilang ketika periode menstruasi yang

berat. Anemia terhadap remaja putri bisa menyebabkan beragam gangguan medis seperti penurunan konsentrasi, imunitas, kelemahan fisik, prestasi akademik, produktivitas, peningkatan resiko kematian ketika melahirkan, bayi lahir prematur hingga berat badan bayi yang cenderung rendah bahkan menjadi ibu hamil anemia yang berisiko tinggi melahirkan anak yang stunting (Kemenkes,2021).

Remaja putri merupakan kelompok yang sering memiliki persepsi tubuh yang negatif. Hasil penelitian Hendarini (2017) pada remaja di SMAN 1 Kampar menunjukkan bahwa dari 118 responden remaja, terdapat sebanyak 37 (16,2%) remaja memiliki persepsi tubuh negatif namun memiliki status gizi yang normal, artinya remaja tetap merasa badannya gemuk meskipun berat badannya normal. Persepsi tubuh yang negatif membuat remaja putri ingin tampil langsing, hal ini menyebabkan remaja putri lebih sedikit mengkonsumsi gizi seimbang, termasuk makanan yang mengandung zat besi cukup (Sari, 2022).

Desa Patokaan ialah desa yang terletak di Kecamatan Talawaan Kabupaten Minahasa Utara. Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti, didapatkan hasil bahwa 60% atau 15 dari 25 responden remaja putri di Desa Patokaan berisiko mengalami anemia. Riset ini memiliki tujuan untuk menganalisa korelasi antara persepsi tubuh (*body image*) terhadap kejadian anemia remaja putri di Desa Patokaan.

METODE

Jenis studi ini memakai studi kuantitatif berdasarkan desain riset observasional analitik, memakai pendekatan *cross sectional*. Riset ini dijalankan pada Desa Patokaan, Kec. Talawaan, Kabupaten Minahasa Utara di bulan Juli 2023. Sampel dari penelitian yaitu seluruh remaja putri di Desa Patokaan yang termasuk dalam kriteria inklusi dan eksklusi sebesar 50 remaja putri. Kriteria inklusi penelitian yaitu remaja perempuan yang bersedia menjadi responden serta berusia 12-19 tahun dan tidak sedang hamil sedangkan kriteria eksklusi dari penelitian adalah remaja yang sedang sakit atau menderita penyakit tertentu. Pengambilan darah untuk mengukur kadar Hemoglobin dilakukan oleh petugas laboratorium kesehatan dan untuk mengukur persepsi tubuh digunakan kuesioner *MBSRQ-AS* yang memiliki 5 subskala yakni penilaian tampilan, orientasi tampilan, kepuasan pada bagian-bagian tubuh, cemas akan kegemukan, penggolongan ukuran tubuh yang sudah diterjemahkan dalam bahasa Indonesia yang disusun oleh Cash dan terdiri dari 34 item. Analisis data menggunakan program IBM dengan memakai pengujian Fisher's Exact.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1 menunjukkan tentang karakteristik sampel berdasarkan kelompok umur. Usia responden terbanyak terdapat pada kategori usia remaja awal dengan dengan usia 12-14 tahun yaitu sebesar 31 responden (62%) dan usia 13 tahun merupakan usia dengan responden terbanyak yaitu sebanyak 18 responden dimana umur tersebut merupakan umur anak sekolah SMP. Semua responden merupakan remaja putri dan memiliki umur dimana penampilan menjadi faktor yang penting. Masa awal remaja merupakan masa dimana remaja mulai lebih memperhatikan penampilan sehingga membuat dirinya menjadi lebih menarik (Hastuti, 2021)

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan kelompok umur

Kelompok Umur	n	%
Remaja Awal (10-14 tahun)	31	62
Remaja Menengah (15-17 tahun)	13	26
Remaja Akhir (18-19 tahun)	6	12
Total	50	100

Gambaran Persepsi Tubuh (*Body Image*)

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil persepsi tubuh (*body image*) remaja putri paling banyak mendapatkan kategori positif pada setiap subskala. Pada subskala evaluasi penampilan (*appearance evaluation*) terdapat 45 responden dengan persentase 90% yang memiliki kategori positif, kemudian untuk subskala orientasi penampilan (*appearance orientation*) terdapat 39 responden dengan persentase 78% yang memiliki kategori positif, selanjutnya pada subskala kepuasan terhadap bagian tubuh (*Body area satisfaction*) terdapat 47 responden dengan persentase 94% memiliki kategori positif, kemudian pada subskala kecemasan akan kegemukan (*Overweight preoccupation*) terdapat 36 subyek dengan persentase 72% memiliki kategori positif dan pada subskala penggolongan ukuran tubuh (*Self-classified weight*) terdapat 27 subyek dengan persentase 54% memiliki kategori positif.

Tabel 2. Gambaran persepsi tubuh

Subskala Persepsi Tubuh (<i>Body Image</i>)	Positif		Negatif		Total
	n	%	n	%	
Evaluasi Penampilan	45	90	5	10	50
Orientasi Penampilan	39	78	11	22	50
Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	47	94	3	6	50
Kecemasan Menjadi Gemuk	36	72	14	28	50
Pengkategorian Ukuran Tubuh	27	54	23	46	50

Jika dilihat pada hasil penelitian, deskripsi persepsi tubuh remaja putri di Desa Patokaan kebanyakan sudah berada pada kategori positif, hal ini berarti kebanyakan responden sudah merasa puas dengan penampilan diri. Hasil ini sejalan dengan hasil dari penelitian Gimon, Malonda dan Punduh (2020) mengenai gambaran persepsi tubuh pada mahasiswa didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden sudah memiliki persepsi tubuh yang positif dengan persentase sebesar 58,7% mahasiswa perempuan. Persepsi tubuh sendiri merupakan bagian dari konsep diri. Menurut *Oxford's Learner Dictionaries*, *Body Image* ialah deskripsi mental seseorang perihal seberapa baik atau buruk penampilan fisik seseorang. Makin seorang individu bisa menyukai dan menerima tubuhnya, maka ia akan lebih merasa aman dan bebas dari rasa cemas hingga harga dirinya pun meningkat (Khaeriyah, 2018). Hal ini juga dapat berpengaruh pada kesehatan seseorang. Persepsi tubuh yang positif menandakan bahwa seseorang sudah puas dengan

keadaan tubuhnya sehingga tidak akan melakukan tindakan untuk mengubah penampilannya dengan cara yang tidak sehat seperti melakukan diet yang ekstrim dan membatasi jumlah makanan sehingga menyebabkan asupan gizi menjadi lebih sedikit (Sari, 2022).

Gambaran Kejadian Anemia

Tabel 3 menunjukkan bahwa responden remaja putri yang mengalami anemia adalah sebesar 3 dari 50 responden dengan persentase 6 % dan responden yang tidak mengalami anemia adalah sebesar 47 responden dengan persentase 94 %.

Tabel 3. Gambaran Kejadian Anemia

Kejadian	n	%
Anemia	3	6
Tidak Anemia	47	94
Total	50	100

Anemia ialah sebuah keadaan tubuh yang mana kandungan Hb (*hemoglobin*) pada darah di bawah batas normal. Dalam penelitian ini, penentuan kadar *hemoglobin* (Hb) untuk mengkategorikan responden menjadi anemia dan tidak anemia diambil berdasarkan klasifikasi anemia menurut Laboratorium Kesehatan Prodia dimana laboratorium ini telah menjadi pihak yang bekerja sama dalam penelitian ini untuk mengambil sampel darah serta menghitung kadar Hb dari remaja putri di Desa Patokaan.

Bersumber hasil riset dari 50 subyek remaja putri, diperoleh bahwa ada 3 responden dengan persentase 6% mengalami anemia dengan kategori anemia ringan. Ada banyak faktor yang dapat memengaruhi kejadian anemia, mulai dari jenis kelamin dimana perempuan lebih rentan terkena risiko daripada laki-laki, terlebih perempuan yang sudah mengalami menstruasi dan persisten kehilangan darah, hal-hal tersebut menjadi alasan wanita lebih berisiko terkena anemia dibanding pria (Pratiwi *et al.*, 2022).

Selain jenis kelamin, asupan zat gizi juga menjadi faktor langsung penyebab kejadian anemia, anemia terjadi karena kekurangan zat gizi sebagaimana kekurangan zat besi, vitamin B12, asam folat dan protein. Mengonsumsi lebih sedikit nutrisi nabati dan hewani sumber zat besi yang bertindak dalam produksi Hb. Di Indonesia, mayoritas kasus anemia diyakini disebabkan oleh kurangnya zat besi karena rendahnya sumber zat besi dari makanan, terutama yang berasal dari hewani (Kemenkes, 2018).

Hubungan Persepsi Tubuh dengan Kejadian Anemia

Tabel 4 menunjukkan hasil uji hubungan antara subskala persepsi tubuh penilaian dan orientasi tampilan, kepuasan pada bagian tubuh, pengkategorian ukuran tubuh, dan kecemasan menjadi gemuk.

Tabel 4. Hubungan persepsi tubuh dengan kejadian anemia

Subskala Persepsi Tubuh (<i>Body Image</i>)	Anemia				Jumlah	p-value
	Ya		Tidak			
	n	Persentase	n	Persentase		
Evaluasi Penampilan						
Positif	2	4	43	86	45	0,276
Negatif	1	2	4	8	5	
Orientasi Penampilan						
Positif	2	4	37	74	39	0,534
Negatif	1	2	10	20	11	
Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh						
Positif	3	6	44	88	47	1,000
Negatif	0	0	3	6	3	
Kecemasan Menjadi Gemuk						
Positif	2	4	34	68	36	1,000
Negatif	1	2	13	26	14	
Pengkategorian Ukuran Tubuh						
Positif	1	2	26	52	27	0,588
Negatif	2	4	21	42	23	

Berdasarkan data penelitian, mayoritas responden pada setiap subskala sudah memiliki persepsi tubuh yang positif serta tidak mengalami kejadian anemia. Hal ini dikarenakan persepsi tubuh (*body image*) dapat memengaruhi kejadian anemia, tetapi persepsi tubuh merupakan aspek tidak langsung guna memahami status anemia sehingga perlu juga dilihat faktor langsung seperti pola makan dan juga jumlah asupan zat gizi yang dapat secara langsung memengaruhi kejadian anemia (Fatimah, 2017).

Kondisi tersebut selaras terhadap riset Setyowati *et al.* pada tahun 2017 mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan remaja putri dalam pencegahan anemia. Diperoleh hasil bahwa *body image* tidak mempunyai korelasi terhadap perilaku makan guna mencegah anemia, justru didapatkan hasil bahwa responden dengan persepsi tubuh positif biasanya mengimplementasikan perilaku makan yang buruk pada pencegahan anemia. Remaja putri yang puas dengan keadaan tubuhnya juga cenderung mengalami anemia. Remaja yang memiliki tubuh ideal akan menjaga tubuhnya melalui beragam cara sebagaimana pola makan tidak teratur, diet ketat, serta menjauhi makanan tertentu hingga menimbulkan konsumsi zat besi berkurang dan menyebabkan anemia (Hutasuhut dan Supriati, 2022). Hasil yang sama juga terdapat pada penelitian dari Zulfa (2023) bahwa tidak ada korelasi yang signifikan diantara persepsi tubuh terhadap kejadian anemia pada Remaja putri di SMA Negeri 1 Sampang. Dijelaskan bahwa persepsi tubuh bukan menjadi faktor utama yang menyebabkan terjadinya kejadian anemia pada remaja putri. Guna memahami status anemia, harus dijalankan pemeriksaan kesehatan serta melihat aspek langsung sebagaimana pola makan.

Pada penelitian ini juga didapatkan hasil bahwa dari kelima subskala persepsi tubuh, subskala pengkategorian ukuran tubuh mendapatkan hasil bahwa terdapat 2

responden yang memiliki persepsi negatif dan mengalami kejadian 33 anemia, subskala ini yang cenderung lebih berpengaruh pada kejadian anemia dibandingkan dengan subskala yang lain. Pengkategorian ukuran tubuh sendiri merupakan subskala persepsi tubuh dimana responden mengukur bagaimana seseorang mengevaluasi bobot tubuhnya, dari sangat kurus hingga gemuk. Jika persepsi pengkategorian ukuran tubuhnya negatif, berarti individu tersebut menganggap bahwa berat badannya lebih gemuk ataupun lebih kurus dibandingkan dengan berat badan aslinya. Hal ini didukung oleh penelitian Lee (2016) mengenai hubungan citra tubuh dengan perilaku pengendalian berat badan dan perilaku diet pada siswa sekolah menengah, didapatkan hasil bahwa siswa perempuan cenderung melebih-lebihkan status berat badan, kelompok ini cenderung mencari cara mudah dan cepat untuk mengontrol berat badan dalam waktu singkat dan melakukan perilaku pengendalian berat badan yang tidak sehat seperti puasa, makan hanya satu kali sehari, minum obat penurun berat badan tanpa resep, tindakan ini sangat membahayakan dan dapat meningkatkan risiko anemia. Namun hasil penelitian diatas tidak sejalan dengan hasil penelitian Masita (2018) mengenai hubungan citra tubuh dengan kejadian anemia pada remaja di Kabupaten Purworejo yang mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara citra tubuh dengan kejadian anemia.

KESIMPULAN

Hasil penelitian didapati bahwa sebagian besar remaja putri di Desa Patokaan sudah memiliki persepsi tubuh yang positif, selain itu didapatkan bahwa ada 3 responden (6%) remaja putri yang mengalami anemia. Kelima subskala persepsi tubuh yaitu subskala evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh tidak memiliki hubungan dengan kejadian anemia, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa variabel persepsi tubuh (*body image*) tidak memiliki hubungan dengan kejadian anemia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pemerintah Desa Patokaan, Kabupaten Minahasa Utara, Laboratorium Kesehatan Prodia Manado serta Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Minahasa Utara yang sudah memberikan dukungan serta membantu dalam pengambilan data sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Fatimah S (2017) *Hubungan Persepsi Tubuh (Body Image) terhadap Status Anemia pada Remaja Putri di SMA Sederajat Kabupaten Bantul*. Universitas Alma Ata Yogyakarta.
- Gimon NK, Malonda NS, Punuh MI. 2020. *Gambaran Stres Dan Body Image Pada Mahasiswa Semester VI Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas SAM Ratulangi Selama Masa Pandemi Covid-19*. Jurnal KESMAS, Vol 9(6).
- Hastuti R (2021) *Psikologi Remaja*. Yogyakarta : Penerbit ANDI
- Hendarini (2017) *Pengaruh Body Image dan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi di SMAN 1 Kampar Tahun 2017*. Jurnal Gizi : Nutritions Journal, Vol 2(2)

- Hutasuhut RM, Supriati (2022) *Relationship between Body Image and Dietary Status with Anemia in Adolescent girl in Dusun III Bakaran Batu Village Batang Kuis District Deli Serdang Regency*. Science Midwifery Vol 10(2).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Direktorat Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) *Remaja Sehat Komponen Utama Pembangunan SDM Indonesia*, (Online), (<https://www.kemkes.go.id/article/view/21012600002/remaja-sehat-komponenutama-pembangunan-sdm-indonesia.html>), diakses 27 Oktober 2022
- Khaeriyah S (2015) *Persepsi Terhadap Body Image Antara Siswi yang Menggunakan Jilbab dengan Siswi yang Tidak Menggunakan Jilbab (Studi Komparatif di SMK Tirta Sari Surya Jakarta Timur)*. Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling. Vol 4(2)
- Lee J, Lee Y (2016). *The association of body image distortion with weight control behaviors, diet behaviors, physical activity, sadness, and suicidal ideation among Korean high school students: a cross-sectional study*. BMC Public Health Vol 16(39)
- Marini Amalia M, Rahayu Indriasari NJ. *Hubungan Body Image Dengan Perilaku Diet Dan Kadar Hb Pada Remaja Putri Di Sman 10 Kota Makassar*.
- Masita DD (2018) *Hubungan Citra Tubuh dengan Kejadian Anemia pada Remaja di Kabupaten Purworejo*. Tesis Ilmu Kesehatan Masyarakat. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada
- Oxford Learner's Dictionaries. Definition of Body Image, (Online), (<https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/body-image>), diakses 5 Februari 2023)
- Pratiwi L, Liswanti Y, Nawangsari H, Dayaningsih D, Fitriani H, Alfiani F, Yulistianingsih A (2022) *Anemia Pada Ibu Hamil*. Sukabumi: CV Jejak (Jejak Publisher)
- Sari P, Hilmanto D, Herawati DMH, Dhamayanti M (2022) *Buku Saku Anemia Defisiensi Besi pada Remaja Putri*. Pekalongan: Penerbit NEM
- Setyowati ND, Riyanti E, Indraswari R (2017) *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan Remaja Putri dalam Mencegah Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Ngeplak Simongan*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol 5(5)
- World Health Organization (2019) *Anemia in Woman and Children*, (Online), (https://www.who.int/data/gho/data/themes/anaemia_in_women_and_children), diakses 27 Oktober 2022)
- Zulfa WI (2023) *Hubungan antara Persepsi Tubuh (body image) dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sampang*. Jurnal Media Gizi Kesmas, Vol 12 (1)