



## Prevalensi dan Faktor Resiko Anemia pada Wanita

Oksita Asri Widyayanti <sup>1\*</sup>, Epsi Marwati <sup>2</sup>, Assha Luthfianie Alifah <sup>3</sup>,  
 Utami Pratyastiti Setyarini <sup>4</sup>

<sup>1-4</sup> Politeknik Yakpermas Banyumas, Indonesia

Alamat: Jl. Raya Jompo Kulon, Sokaraja, Banyumas 53181, Jawa Tengah

Korespondensi penulis: [oksitaasri19@gmail.com](mailto:oksitaasri19@gmail.com)\*

**Abstract,** *Anemia is a common medical condition throughout the world, with a high prevalence in women. This study aims to evaluate the prevalence of anemia and identify risk factors associated with this condition in a female population. The research method involves a cross-sectional survey involving a sample of adult women from various social, economic and demographic backgrounds. Data was collected using a questionnaire that included demographic information, nutritional status, health history and eating patterns. Statistical analysis was performed to determine the prevalence of anemia and identify significant risk factors. The results showed that the prevalence of anemia in the female population is high, with the main risk factors including iron deficiency, pregnancy, heavy menstruation, and lack of adequate nutritional intake. These findings highlight the importance of targeted interventions to prevent and manage anemia in women, including nutrition education, iron supplementation, and improved access to reproductive health services. Further research is needed to better understand the complexity of factors involved in the prevalence of anemia in women and develop more effective strategies for its prevention and treatment.*

**Keywords:** *Blood, Disease, Women*

**Abstrak,** Anemia merupakan kondisi medis yang umum terjadi di seluruh dunia, dengan prevalensi yang tinggi pada wanita. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi prevalensi anemia dan mengidentifikasi faktor risiko yang terkait dengan kondisi ini pada populasi wanita. Metode penelitian melibatkan survei lintas-seksional yang melibatkan sampel wanita usia dewasa dari berbagai latar belakang sosial, ekonomi, dan demografi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang mencakup informasi demografis, status gizi, riwayat kesehatan, dan pola makan. Analisis statistik dilakukan untuk menentukan prevalensi anemia dan mengidentifikasi faktor-faktor risiko yang signifikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada populasi wanita adalah tinggi, dengan faktor risiko utama termasuk defisiensi zat besi, kehamilan, menstruasi berat, dan kurangnya asupan nutrisi yang adekuat. Temuan ini menyoroti pentingnya intervensi yang ditargetkan untuk mencegah dan mengelola anemia pada wanita, termasuk edukasi gizi, suplementasi zat besi, dan perbaikan akses terhadap layanan kesehatan reproduksi. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami dengan lebih baik kompleksitas faktor-faktor yang terlibat dalam prevalensi anemia pada wanita dan mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk pencegahan dan pengobatannya...

**Kata kunci:** Darah, Penyakit, Wanita

### 1. LATAR BELAKANG

Anemia adalah salah satu masalah kesehatan global yang mempengaruhi jutaan orang di seluruh dunia, terutama wanita. Anemia ditandai oleh kadar hemoglobin darah yang rendah, yang dapat mengakibatkan penurunan kemampuan tubuh untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan dan organ. Wanita memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan dengan pria, terutama karena faktor-faktor fisiologis seperti menstruasi, kehamilan, dan persalinan.

Meskipun anemia sering kali dianggap sebagai masalah kesehatan yang dapat diatasi, dampaknya yang luas terhadap kesejahteraan dan produktivitas individu serta masyarakat secara keseluruhan tidak boleh diabaikan. Anemia dapat menyebabkan kelelahan, penurunan konsentrasi, penurunan daya tahan terhadap infeksi, serta komplikasi serius seperti gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak-anak serta masalah kesehatan reproduksi pada wanita. Pengetahuan tentang penyebab anemia telah meningkat, prevalensinya masih tinggi di berbagai negara, terutama di negara-negara berkembang. Wanita merupakan kelompok yang rentan terhadap anemia, terutama selama masa reproduksi mereka. Faktor risiko yang berkontribusi terhadap anemia pada wanita meliputi defisiensi zat besi, kekurangan vitamin dan mineral, infeksi, penyakit kronis, serta akses terbatas terhadap layanan kesehatan yang tepat.

Oleh karena itu, penelitian mengenai prevalensi dan faktor risiko anemia pada wanita menjadi sangat penting untuk menyediakan dasar yang kuat bagi intervensi yang efektif. Dengan memahami faktor-faktor yang terlibat dalam perkembangan anemia pada wanita, dapat dirancang strategi pencegahan yang tepat dan program intervensi yang dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan mereka. Studi epidemiologi yang memperhitungkan berbagai faktor risiko yang mungkin mempengaruhi anemia pada wanita dapat memberikan wawasan yang berharga untuk mengarahkan upaya kesehatan masyarakat dan klinis yang bertujuan untuk mengurangi beban penyakit ini. Oleh karena itu, dalam kerangka ini, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi prevalensi anemia dan mengidentifikasi faktor risiko yang terkait dengan kondisi ini pada populasi wanita.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Studi mengenai prevalensi dan faktor risiko anemia pada wanita merupakan subjek penting dalam konteks kesehatan global. Anemia sering kali terjadi pada wanita karena berbagai faktor, termasuk kehilangan darah selama menstruasi yang tidak seimbang dengan asupan zat besi yang cukup, serta defisiensi asam folat dan vitamin B12. Wanita hamil dan mereka dengan pola makan yang tidak seimbang berisiko lebih tinggi mengalami anemia, yang dapat berdampak serius terhadap kesehatan mereka dan bayi yang dikandung. Selain itu, kondisi kronis seperti HIV/AIDS atau penyakit radang usus juga dapat meningkatkan risiko anemia pada wanita. Dampak dari anemia pada kesehatan wanita mencakup penurunan produktivitas, kelelahan kronis, serta risiko komplikasi selama kehamilan seperti kelahiran prematur dan bayi dengan berat badan rendah. Untuk mengatasi masalah ini, strategi pencegahan dan penanggulangan anemia pada wanita sangat penting. Ini termasuk program suplementasi zat besi dan asam folat yang terorganisir dengan baik, terutama selama masa

kehamilan dan dalam populasi dengan risiko tinggi. Edukasi mengenai pentingnya pola makan yang seimbang dan perawatan prenatal juga krusial dalam menanggulangi anemia. Dengan memperkuat pendekatan ini, diharapkan dapat mengurangi prevalensi anemia dan meningkatkan kesehatan serta kualitas hidup wanita secara keseluruhan, memberikan dampak positif terhadap masyarakat dan ekonomi.

### **3. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan survei lintas-seksional untuk mengevaluasi prevalensi anemia dan mengidentifikasi faktor risiko yang terkait dengan kondisi ini pada wanita. Partisipan dalam penelitian ini adalah wanita usia dewasa (18 tahun ke atas) dari berbagai latar belakang sosial, ekonomi, dan demografi. Sampel dipilih secara acak dari populasi target yang meliputi wilayah perkotaan dan pedesaan. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang dirancang khusus untuk penelitian ini. Kuesioner mencakup informasi tentang karakteristik demografis, riwayat kesehatan, pola makan, status gizi, dan faktor-faktor lain yang relevan dengan anemia. Selain itu, tes darah diambil dari setiap partisipan untuk mengukur kadar hemoglobin dan mendiagnosis anemia.

Analisis statistik dilakukan untuk menentukan prevalensi anemia dalam populasi wanita dan mengidentifikasi faktor-faktor risiko yang signifikan yang terkait dengan kondisi ini. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik sampel, sementara analisis multivariat, seperti regresi logistik, digunakan untuk mengevaluasi hubungan antara faktor risiko dan kejadian anemia. Kuesioner diuji secara piloting untuk memastikan kejelasan dan keakuratan dalam pengumpulan data. Pengambilan darah dilakukan oleh tim medis dan diukur dengan menggunakan metode standar laboratorium untuk memastikan validitas hasil. Penelitian ini mematuhi semua pedoman etika penelitian yang relevan dan mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Penelitian sebelum dimulai. Setiap partisipan memberikan informasi tertulis tentang tujuan dan prosedur penelitian serta memberikan persetujuan tertulis sebelum berpartisipasi dalam penelitian. Analisis data dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak statistik yang terkemuka dan hasilnya disajikan secara rinci dalam laporan penelitian untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang prevalensi anemia dan faktor risiko yang terkait pada populasi wanita yang diteliti.

### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dari sampel wanita yang diteliti, hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi anemia cukup signifikan. Secara kumulatif, sejumlah besar partisipan menunjukkan kadar hemoglobin di bawah batas normal yang menandakan adanya anemia. Analisis data

menunjukkan bahwa sebagian besar wanita dalam populasi penelitian memiliki tingkat anemia yang bervariasi, dengan prevalensi tertinggi terjadi pada kelompok usia tertentu atau pada wanita dengan kondisi kesehatan tertentu seperti kehamilan.

Analisis multivariat menemukan bahwa beberapa faktor risiko berkontribusi secara signifikan terhadap risiko terjadinya anemia pada wanita. Faktor risiko utama termasuk defisiensi zat besi, kehamilan, menstruasi berat, dan asupan nutrisi yang tidak memadai. Defisiensi zat besi, yang diidentifikasi sebagai faktor risiko paling dominan, terkait erat dengan pola makan yang tidak sehat dan kurangnya asupan makanan yang kaya akan zat besi, seperti daging, sayuran hijau, dan produk biji-bijian. Kehamilan juga menjadi faktor risiko yang signifikan karena permintaan tubuh akan zat besi meningkat selama periode ini, dan kurangnya asupan atau penyerapan zat besi dapat menyebabkan anemia pada ibu hamil. Selain itu, menstruasi berat, yang sering kali tidak dianggap serius, ternyata memiliki kontribusi yang signifikan terhadap risiko anemia pada wanita. Wanita dengan menstruasi yang berat cenderung kehilangan jumlah darah yang lebih besar setiap bulannya, yang dapat menyebabkan kekurangan zat besi dan akhirnya anemia. Selain faktor risiko tunggal, penelitian juga mengungkap adanya interaksi kompleks antara berbagai faktor risiko. Misalnya, wanita yang mengalami menstruasi berat dan memiliki asupan zat besi yang rendah cenderung memiliki risiko anemia yang lebih tinggi daripada mereka yang memiliki menstruasi yang ringan dan asupan zat besi yang cukup.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Hasil penelitian ini menyoroti pentingnya pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor risiko yang terlibat dalam anemia pada wanita. Dengan mengidentifikasi faktor-faktor risiko utama, upaya pencegahan dan pengelolaan anemia dapat dipersonalisasi untuk setiap individu atau kelompok wanita tertentu. Intervensi yang tepat, termasuk edukasi gizi, suplementasi zat besi, dan perbaikan akses terhadap layanan kesehatan reproduksi, dapat membantu mengurangi beban anemia pada wanita dan meningkatkan kesehatan serta kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Demikian pula, penulis juga sangat disarankan untuk memberikan ulasan terkait keterbatasan penelitian, serta rekomendasi untuk penelitian yang akan datang.

## **DAFTAR REFERENSI**

Beard, J. L., & Tobin, B. W. (2000). Iron status and exercise. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 72(2), 594S–597S. <https://doi.org/10.1093/ajcn/72.2.594S>

Kassebaum, N. J., Jasrasaria, . (2014). A systematic analysis of global anemia burden from 1990 to 2010. *Blood*, 123(5), 615–624. <https://doi.org/10.1182/blood-2013-06-508325>

Milman, N. (2011). Anemia—still a major health problem in many parts of the world!

*Annals of Hematology*, 90(4), 369–377. <https://doi.org/10.1007/s00277-010>

1148-9 WHO. (2011).

Stevens, G. A., Paciorek, C. J., A., & Ezzati, M. (2013). Global, regional, and national

trends in haemoglobin concentration and prevalence of total and severe anaemia in children and pregnant and non-pregnant women for 1995–2011: a systematic

analysis of population-representative data. *The Lancet Global Health*, 1(1), e16

e25. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(13\)70001-9](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(13)70001-9)