

HUBUNGAN KADAR HEMOGLOBIN DENGAN POLA AKTIVITAS PADA REMAJA PUTRI SMP MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA

Fahrul Azmy Al'Syafiq
Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK UMY

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55184

Email: *fahrulazmy88@gmail.com*

Abstrak

Latar Belakang : Hemoglobin merupakan salah satu protein tetramerik eritrosit yang mengikat molekul bukan protein, yaitu senyawa porfin besi yang disebut heme. Penurunan kadar hemoglobin dapat menyebabkan darah tidak cukup mengalir dan mengangkut oksigen dari paru paru ke seluruh tubuh sehingga ini akan berdampak pada sulitnya berkonsentrasi dan penurunan daya tahan fisik, dan aktivitas fisik menurun sehingga menjadi mudah lelah. Remaja dalam melakukan aktivitas fisiknya untuk menjaga tubuhnya agar tetap bugar harus melakukan olahraga secara rutin dengan cara melakukan kegiatan sehari hari dengan berjalan atau bersepeda. Selain itu pendidikan fisik yang berkualitas mendukung anak-anak untuk mengembangkan pola perilaku yang akan membuat mereka aktif secara fisik sepanjang hidup mereka dan fasilitas olahraga dan rekreasi memberi kesempatan bagi setiap orang untuk melakukan olahraga

Tujuan Penelitian : Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kadar hemoglobin dengan pola aktivitas remaja putri SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan metode penelitian non eksperimental atau rancangan deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional menggunakan metode kuantitatif. Partisipan dalam penelitian berjumlah 76 orang yang terdiri dari siswi SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta yang ditentukan dengan metode simple random sampling atau pengambilan sampel secara acak.

Hasil : Kadar Hemoglobin pada remaja putri dalam kategori tidak normal sebesar 52,6 % dan pola aktivitas fisik dalam kategori sedang sebesar 50%. Hasil korelasi spearman didapatkan nilai $p = 0,982$ ($p > 0,05$).

Kesimpulan : Tidak terdapat hubungan antara kadar hemoglobin dengan pola aktivitas pada remaja putri.

Kata Kunci : *Kadar hemoglobin, Pola aktivitas*

THE RELATIONSHIP BETWEEN HEMOGLOBIN LEVEL WITH ACTIVITY PATTERNS IN GIRL ADOLESCENT AT SMP MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA

Fahrul Azmy Al'Syafiq

Student of Nursing Science FKIK UMY

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55184

Email: fahrulazmy88@gmail.com

Abstract

Background : Hemoglobin is one of erythrocyte tetrameric proteins that binds to a non-protein molecule, the iron porphyrin compound called heme. Decrease of hemoglobin level can cause insufficient blood flow and carrying oxygen from the lungs to the body, so the impact is on the difficult to concentration, decreased physical endurance, and decrease of activity that makes easily tired. Adolescent do the physical activity to make their body fit should have regular exercise in daily activity like walking or cycling. In addition quality of physical education supports children to develop behavioral patterns that will keep them physically active throughout their lives. Sports and recreational facilities provide an opportunity for everyone to exercise

Purpose : The aim of this research is to know the correlation between hemoglobin level with activity patterns in girl adolescent at SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

Methods : This research used non-experimental with cross sectional design and used kuantitative methode. Sample in this research was 76 people which consist of girl adolescent at SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta with simple random sampling. Data analysis using spearman rank.

Results : 52,6% respondent's had abnormal category in hemoglobin level. 50% respondent's had moderate category in activity patterns. Correlation result from spearman rank test, $p = 0,982$ ($p > 0,05$).

Conclusion : There is no correlation between hemoglobin level with activity pattern in girl adolescent.

Keywords : hemoglobin level, activity patterns