

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju. Penderita anemia diperkirakan dua milyar dengan prevalensi terbanyak di wilayah Asia dan Afrika. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa anemia merupakan 10 masalah kesehatan terbesar di abad modern ini. Kelompok yang berisiko tinggi anemia adalah wanita usia subur, ibu hamil, anak usia sekolah, dan remaja (Kemenkes RI, 2018).

Anemia merupakan penurunan jumlah sel darah merah sehingga tidak dapat memenuhi fungsi untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer, yang ditandai oleh menurunnya kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah di bawah normal (Maulana, 2022). Hemoglobin adalah salah satu komponen sel darah merah/eritrosit yang bertugas mengikat oksigen dan mengantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. Jaringan tubuh membutuhkan oksigen untuk melaksanakan fungsinya. Kurangnya oksigen di otak dan jaringan otot menyebabkan gejala seperti kurang fokus dan kebugaran saat melakukan aktivitas. Hemoglobin terdiri dari kombinasi protein dan zat besi untuk membentuk sel darah merah/eritrosit (Damayanti, 2020).

Anemia Defisiensi Besi (ADB) adalah anemia yang disebabkan kurangnya ketersediaan zat besi di dalam tubuh sehingga menyebabkan zat besi yang diperlukan untuk eritropoesis tidak cukup. Hal ini ditandai dengan gambaran eritrosit yang hipokrommikrositer, penurunan kadar besi serum, transferrin dan cadangan besi, di sertai peningkatan kapasitas ikat besi /*Total Iron Binding Capacity (TIBC)*. Seorang dengan ADB akan mengalami gangguan dalam tumbuh-kembang, perubahan perilaku serta gangguan motorik, sehingga dapat mengurangi kemampuan belajar dan menurunkan prestasi belajar di sekolah (Kurniati, 2020).

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menyebutkan rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Pusdatin, 2019). Remaja secara psikologis merupakan individu yang berinteraksi dengan masyarakat dimana dirinya tidak lagi merasa di bawah ikatan orang tua melainkan dalam tingkatan yang sama sekurang-kurangnya dalam masalah hak (Susanti, 2020).

Seorang remaja akan mengalami perubahan fisik dan psikologi yang pesat dibandingkan dengan fase kehidupan lainnya. Seseorang dalam masa remajanya akan mengalami proses pematangan alat kelamin. Remaja putri biasanya mengalami menstruasi sebagai tanda pubertas. Menstruasi terjadi setiap bulan selama masa reproduksi yang menyebabkan remaja putri banyak kehilangan darah. Hal ini menjadikan remaja putri membutuhkan lebih banyak zat besi dalam tubuhnya dibandingkan dengan kebutuhan zat besi remaja pria. Zat besi dan diet yang baik berfungsi menebus darah yang

hilang selama menstruasi setiap bulan. Kekurangan zat besi dan gaya hidup yang tidak sehat menyebabkan sebagian besar wanita muda, mengalami anemia (Intan, 2019).

Anemia pada remaja putri erat kaitannya dengan masalah gizi. Remaja putri dengan anemia akan berisiko tinggi mengalami anemia pada saat hamil. Seorang remaja yang menderita anemia hingga memasuki masa reproduksi sebagai calon ibu, dalam masa kehamilannya akan sangat berbahaya. Ibu hamil dengan anemia berisiko tinggi melahirkan bayi dengan pertumbuhan lambat dan berat badan lahir rendah (BBLR). Saat ini, anemia merupakan masalah malnutrisi dengan prevalensi yang tinggi, yang dibuktikan dengan masuknya anemia dalam daftar *Global Burden of Disease*. Setengah dari semua orang anemia di dunia mengalami anemia jenis anemia defisiensi besi (Wahyuni et al., 2022).

Angka kejadian atau prevalensi anemia pada remaja putri di Negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri. Anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan keadaaan psikologi yang sering mengalami stress, menstruasi, atau pola hidup kurang sehat terutama dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi (*World Health Organization, 2018*).

Indonesia menjadi salah satu negara berkembang dengan prevalensi anemia yang tinggi. Hal ini mengakibatkan Indonesia menduduki 17 besar negara di dunia dengan permasalahan kesehatan terbesar. Survei data

menunjukkan angka kejadian anemia di Indonesia dari Depkes (2020) didapatkan penderita anemia pada remaja putri berjumlah 33,7%.

Survei yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan DIY pada tahun 2019 dengan sasaran 1500 remaja putri di 5 Kabupaten dan Kota, menunjukkan bahwa sebanyak 19,3 % remaja putri mengalami anemia (Hb dibawah 12 g/dl) dan risiko kekurangan energi kronis (KEK) dengan nilai LILA dibawah 23,5 sebanyak 46%. Penelitian dengan sasaran siswi di SMA/SMK Negeri di Yogyakarta, menunjukkan hasil bahwa prevalensi anemia pada remaja putri sebanyak 12,8 % (Dinas Kesehatan DIY, 2019)

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) D.I Yogyakarta memproyeksikan jumlah penduduk remaja dengan rentang usia 10-19 tahun pada tahun 2022 sebanyak 535.040 jiwa dengan jumlah remaja laki laki sebanyak 272.856 jiwa dan jumlah remaja putri sebanyak 262.184 jiwa. Kabupaten Bantul merupakan salah satu kabupaten dengan kepadatan penduduk terbanyak dengan urutan kedua setelah Kabupaten Sleman. Dari kepadatan penduduk di Kabupaten Bantul sebanyak 27,2% merupakan kelompok usia 10-19 tahun atau kelompok usia remaja (*Statistik Kabupaten Bantul*, 2022).

SMA Negeri 1 Jetis merupakan salah satu SMA Negeri yang berada di Kabupaten Bantul yang merupakan salah satu pelopor sekolah sehat sejak tahun 2015. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Jetis tahun 2022 didapatkan jumlah siswa dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 585 lebih banyak dibandingkan siswa laki

laki dengan sebanyak 274. Dari hasil studi pendahuluan juga didapatkan data prevalensi siswa yang mengalami anemia pada tahun 2021. Sebanyak 18,4% siswi mengalami anemia dengan kadar hemoglobin (Hb) di bawah 12gr/d, pelaksana pemeriksaan kadar Hb dalam hal ini adalah puskesmas di wilayah setempat yaitu Puskesmas Jetis 1 dalam program sekolah sehat. Kelas XII merupakan kelas dengan jumlah siswi terbanyak yaitu 197 siswi yang sebelumnya telah dilakukan pemeriksaan hemoglobin tahun 2021 pada saat siswi berada di kelas X.

Faktor risiko kejadian anemia pada remaja putri yang diperoleh dari hasil penelitian terdahulu adalah masih rendahnya pengetahuan remaja putri mengenai perilaku pencegahan anemia. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kejadian anemia dengan perilaku remaja putri yang cenderung memiliki kebiasaan makan dengan pola yang tidak baik, konsumsi cairan yang kurang, serta aktivitas fisik yang tidak teratur. Tidak hanya remaja, perilaku pencegahan anemia ini menjadi hal wajib yang harus dilakukan oleh masing masing individu disegala usia (N.K.Wasarak, 2021).

Rencana Strategis Kementerian Kesehatan RI dalam upaya penurunan angka kejadian anemia pada remaja adalah menargetkan cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Diharapkan sektor terkait di tingkat pusat dan daerah mengadakan TTD secara mandiri sehingga intervensi efektif dengan cakupan dapat dicapai hingga 90%. Dinas Kesehatan D.I Yogyakarta telah melaksanakan perpanjangan program

pembagian TTD pada remaja sejak tahun 2015. Program pemberian TTD yang diharapkan dapat menurunkan prevalensi anemia harus didukung dengan kepatuhan konsumsi oleh individunya. Kepatuhan konsumsi TTD ditetapkan sesuai dosis suplementasi tablet Fe pada WUS (remaja didalamnya) yaitu 1 tablet/minggu (*Profil Kesehatan DIY, 2021*)

SMA N 1 Jetis telah mendistribusikan suplementasi TTD dari pemerintah pada siswanya sejak tahun 2019 hingga saat ini. TTD diberikan setiap empat minggu sekali dengan aturan konsumsi satu minggu satu tablet. Selain pemberian suplementasi TTD, pada tahun 2021 lalu telah dilaksanakan pemeriksaan kadar Hb bagi siswa dan siswi sebagai upaya sekolah dalam *screening* kejadian anemia. Upaya pencegahan anemia berupa penyuluhan tentang pengetahuan anemia juga telah dilaksanakan beberapa kali di SMA N 1 Jetis, penyuluh dalam hal ini adalah tim dari puskesmas setempat.

Anemia memiliki dampak serius bagi masa remaja terutama pada gangguan pertumbuhan serta gangguan kinerja fisik dan kognitif. Remaja dengan anemia zat besi akan mengakibatkan berkurangnya kapasitas belajar serta kinerja di sekolah maupun di rumah yaitu dalam mengerjakan pekerjaan rumah, kemampuan fisik, konsentrasi, kemampuan belajar dan daya ingat. Anemia pada remaja putri akan sangat memengaruhi perkembangan organ reproduksi mereka. Anemia yang dialami remaja putri akan berdampak lebih serius, mengingat mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan seorang bayi, sehingga memperbesar risiko

kematian ibu melahirkan, bayi lahir prematur dan berat bayi lahir rendah (BBLR). Dilihat dari dampak anemia pada remaja putri, perlu adanya tindakan pencegahan yang baik yaitu pemantauan status gizi, perilaku pencegahan anemia yang mencakup konsumsi makanan, konsumsi cairan, aktivitas fisik yang baik, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (N.K. Wasarak, 2021).

Berdasarkan pendahuluan diatas Peneliti tertarik untuk meneliti Gambaran Tindakan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri kelas XII di SMAN 1 Jetis Tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Indonesia menjadi salah satu negara berkembang dengan prevalensi anemia yang tinggi. Hal ini mengakibatkan Indonesia menduduki 17 besar negara di dunia dengan permasalahan kesehatan terbesar. Data yang di dapat dari Riskesdas tahun 2018, angka kejadian anemia di Indonesia sebesar 22,7% dari keseluruhan jumlah penduduk.

Data yang didapat dari Badan Pusat Statistik D.I Yogyakarta jumlah penduduk yang diproyeksikan ditahun 2022 populasi remaja menjadi angka yang besar khususnya remaja putri. Kabupaten Bantul menempati urutan nomor dua dengan jumlah penduduk terbanyak, dengan kelompok usia 10-19 mendominasi. Salah satu SMA yang ada di Kabupaten Bantul adalah SMA Negeri 1 Jetis dengan angka kejadian sebesar 18,4%. Perlu adanya tindak lanjut untuk menekan angka kejadian anemia dengan mengetahui tindakan pencegahan anemia pada remaja putri. Berdasarkan masalah

tersebut, hal yang menjadi pertanyaan penelitian adalah “Bagaimana Gambaran Tindakan Pencegahan Anemia Remaja Putri Kelas XII di SMA Negeri 1 Jetis Tahun 2023?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya “Gambaran Kadar Hb dan Tindakan Pencegahan Anemia Remaja Putri Kelas XII di SMA Negeri 1 Jetis Tahun 2023”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran kadar hemoglobin (Hb) remaja putri kelas XII di SMA Negeri 1 Jetis Bantul.
- b. Mengetahui gambaran tindakan pencegahan pada remaja putri kelas XII di SMA Negeri 1 Jetis Bantul.
- c. Mengetahui gambaran tingkat kepatuhan konsumsi TTD untuk mencegah anemia pada remaja putri kelas XII di SMA Negeri 1 Jetis.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dari penelitian ini adalah kesehatan pada remaja khususnya remaja putri mengenai anemia. Peneliti ingin meneliti gambaran tindakan pencegahan anemia pada remaja putri kelas XII di SMA Negeri 1 Jetis Tahun 2023.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi mengenai gambaran pencegahan anemia pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru dan Petugas UKS di Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam memberikan pelayanan kesehatan pada remaja berupa kegiatan preventif dan promotif sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri kelas XII di SMA Negeri 1 Jetis.

b. Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan evaluasi bagi remaja putri kelas XII di SMA Negeri 1 Jetis dalam melaksanakan pencegahan anemia.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi dan referensi tambahan dalam memperkuat hasil-hasil studi yang berkaitan dengan tindakan pencegahan anemia pada remaja putri.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Judul/Peneliti/Tempat Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1.	Gambaran Pencegahan Anemia pada Remaja Putri SMAN 5 Denpasar di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021 oleh Desak Putu Sri Shanti Winditha	a. Metode Penelitian: Deskriptif b. Desain: Cross Sectional c. Populasi: Semua Remaja Putri di SMA N 5 Denpasar d. Sampel: 85 sampel yang bersedia menjadi Responden	Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat siswi yang melakukan tindakan pencegahan anemia dengan kategori baik dengan jumlah 13 orang (15,3%), kategori cukup sebanyak 63 orang (74,1%), dan kategori kurang sebanyak 9 orang (10,8%). Remaja putri perlu diberikan edukasi tentang tindakan yang dapat mencegah terjadinya anemia.	Waktu dan tempat penelitian, tehnik sampling	Metode Penelitian Deskriptif, Teknik Pengumpulan Data
2.	Gambaran Pengetahuan dan Perilaku pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Prambontergayang Tahun 2022 oleh Aniska Nurmalitasari	a. Metode Penelitian: Deskriptif b. Desain: Cross Sectional c. Populasi: seluruh remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Prambongayang d. Sampel: 188 remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Prambongayang (random sampling)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Prambontergayang memiliki pengetahuan baik dan berperilaku kurang dalam mencegah Anemia.	Waktu dan Tempat Penelitian, Variabel penelitian.	Metode Penelitian Deskriptif, Teknik Pengumpulan Data

3.	Gambaran Perilaku Remaja Putri Kelas XII dalam Mencegah Anemia Zat Besi Di MAN Rejosari, Kecamatan Kebonsari, Kabupaten Madiun Tahun 2015 oleh Ngarafatul Ustowiyah	<p>a. Metode Penelitian: deskriptif</p> <p>b. Desain: Cross Sectional,</p> <p>c. Populasi: semua remaja putri kelas XII di MAN Rejosari dengan tehnik total sampling</p>	<p>Hasil penelitian dari 54 responden didapatkan sebagian besar responden mempunyai perilaku positif dalam mencegah anemia zat besi sebesar 32 responden (59.26%) dan perilaku negatif sebesar 22 responden (40.74%).</p>	<p>Waktu dan Tempat Penelitian, teknik sampling</p>	<p>Metode Penelitian Deskriptif, Teknik Pengumpulan Data,</p>
----	---	--	---	---	---
