

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada umumnya remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Batasan usia remaja menurut *World Health Organization* (WHO) adalah 12 sampai 24 tahun.¹ Di Indonesia berbagai studi pada kesehatan reproduksi remaja mendefinisikan remaja sebagai orang muda berusia 15-24 tahun. Pengertian remaja menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) menyatakan bahwa masa remaja berlangsung antara usia 12-18 tahun dengan melalui proses pertumbuhan sesudah meninggalkan masa anak-anak menuju masa kedewasaan, namun belum mencapai kematangan jiwa. Sedangkan menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) remaja berusia 10-24 tahun. Sementara Departemen Kesehatan dalam program kerjanya menjelaskan bahwa remaja adalah usia 10-19 tahun.¹

Remaja memiliki berbagai macam aktivitas, baik aktivitas di dalam sekolah maupun di luar sekolah. Remaja juga memiliki perilaku konsumsi pangan yang tidak sesuai dengan kebutuhannya dimana remaja pada umumnya mengonsumsi makanan untuk memenuhi selera tanpa memperhatikan kandungan gizi makanan yang dikonsumsi.² Akibatnya para remaja sering merasa lelah, lemas, lesu dan tidak bertenaga. Namun kondisi cepat lelah, lesu tersebut bisa juga disebabkan karena anemia atau dalam bahasa sehari-hari disebut dengan kurang darah. Remaja putri memiliki risiko lebih besar menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini disebabkan oleh

beberapa faktor diantaranya, 1) setiap bulan remaja putri mengalami menstruasi, 2) remaja putri sering kali menjaga penampilan, ingin kurus sehingga mengurangi jumlah dan jenis makanan yang bisa menyebabkan tubuh kekurangan zat penting seperti zat besi,^{3,4} 3) memiliki gangguan sistem kekebalan tubuh sehingga menyebabkan produksi darah tidak normal, salah satunya adalah rendahnya kandungan sel darah merah, 4) pernah mengalami gangguan kesehatan kronis dan mendapat penanganan medis tertentu sehingga dapat mengalami perubahan produktivitas beberapa zat penting dalam tubuh, termasuk rendahnya produksi sel darah merah.⁵

Anemia adalah keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam sel darah merah berada di bawah 12 gr/dL. Sel darah merah mengandung hemoglobin yang mengangkut oksigen dari paru-paru dan mengantar ke seluruh tubuh.⁶ Kementerian Kesehatan Indonesia 2024 menyebutkan bahwa Sebanyak 32% remaja usia 15-24 tahun di Indonesia mengalami anemia.^{7,8} Dalam survey yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan DIY pada tahun 2018 dengan sasaran 1500 remaja putri di 5 Kabupaten dan Kota, menunjukkan bahwa sebanyak 19,3% remaja putri mengalami anemia dan risiko kekurangan energi kronis (KEK) dengan nilai LILA dibawah 23,5 sebanyak 46%.⁹ Laporan rekapitulasi prevalensi remaja putri yang mengalami anemia di Kabupaten Sleman tahun 2023 dari 25 wilayah Puskesmas yaitu 17,61% remaja putri mengalami anemia. Sedangkan data prevalensi anemia pada remaja putri di sekolah wilayah kerja Puskesmas Gamping I tahun 2023 yaitu 16,55%.

Secara umum, konsumsi makanan berkaitan erat dengan status gizi. Bila makanan yang dikonsumsi mempunyai nilai yang baik, maka status gizi juga baik, sebaliknya bila makanan yang dikonsumsi kurang nilai gizinya, maka akan menyebabkan kekurangan gizi dan dapat menimbulkan anemia.³ Kekurangan gizi adalah penyebab anemia yang mencapai persentasi sekitar 85,5% yang ditandai dengan adanya gangguan sintesis hemoglobin. Di Indonesia banyak remaja yang tidak membiasakan sarapan dan kurang mengkonsumsi makanan yang mengandung zat gizi mencapai 50%, oleh sebab itu remaja di Indonesia mudah menderita anemia.¹⁰ Secara umum anak usia 10-19 tahun telah memasuki masa remaja yang mempunyai karakteristik motorik dan kognitif yang lebih dewasa dibanding usia sebelumnya. Hal ini berdampak pada pentingnya kebutuhan energi, protein, lemak, air, kalsium, magnesium, vitamin D dan vitamin A yang penting bagi pertumbuhan.¹¹

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Azizatul Hamidiyah dalam JOMIS (*Journal of Midwifery Science*) 2020 dengan judul Hubungan Asupan Nutrisi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri menunjukkan hasil *P-Value* 0,029 dengan taraf signifikan 0,05 maka H_0 ditolak, artinya ada hubungan yang signifikan antara asupan nutrisi dengan terjadinya anemia pada remaja putri.¹² Penelitian lainnya oleh Raina Lola Fauzia dan Yuli Irnawati dalam *Journal of Nursing Practice and Education* 2024 dengan judul Hubungan Pemenuhan Nutrisi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri, juga mengindikasikan adanya korelasi signifikan antara pemenuhan nutrisi dengan prevalensi anemia di kalangan remaja putri di desa Tondomulyo Jakenan Pati. Uji Korelasi

Spearman Rank asymp.sig (2-tailed) menunjukkan angka 0,007.¹³ Oleh karena itu, agar dapat memberi penjelasan dan edukasi kepada remaja tentang pentingnya kecukupan pemenuhan asupan gizi remaja untuk mencegah terjadinya anemia, sehingga sesuai harapan pemerintah untuk menciptakan generasi muda yang kokoh dan Tangguh, maka Penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kecukupan Pemenuhan Gizi dengan Kejadian Anemia pada Siswi SMK dan Sederajat di Wilayah Puskesmas Gamping I Sleman”.

B. Rumusan Masalah

Anemia merupakan masalah gizi yang masih banyak terjadi pada remaja putri. Apabila tidak tertangani dengan baik, anemia ini dapat berdampak buruk bagi kehidupan remaja putri dan akan berlanjut hingga dewasa. Remaja putri yang mengalami anemia akan mengalami kesulitan konsentrasi dalam belajar, menurunnya kebugaran, dan menurunnya daya tahan tubuh. Kekurangan zat besi dan nutrisi lainnya juga dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja. Anemia dapat mempengaruhi konsentrasi dan daya ingat, yang dapat menyebabkan penurunan kinerja akademis.¹⁴ Kelelahan dan lemas akibat anemia dapat mengurangi energi dan produktivitas remaja dalam beraktivitas sehari-hari. Selain itu, anemia juga dapat berkontribusi pada perubahan suasana hati dan gangguan kesejahteraan emosional. Di Indonesia banyak remaja yang tidak membiasakan sarapan dan kurang mengonsumsi makanan yang mengandung zat gizi mencapai 50%, oleh sebab itu remaja di Indonesia mudah menderita anemia.¹⁰

Laporan rekapitulasi prevalensi remaja putri yang mengalami anemia di Kabupaten Sleman tahun 2023 dari 25 wilayah Puskesmas yaitu 17,61% remaja putri mengalami anemia. Sedangkan data prevalensi anemia pada remaja putri di sekolah wilayah kerja Puskesmas Gamping I tahun 2023 yaitu 16,55%. Adapun program pemerintah adalah memberikan tablet tambah darah kepada remaja putri setiap minggu sekali dengan dosis 60 gr, program pemberian makanan siang gratis dengan harapan remaja putri juga mendapatkan program tersebut, dan program kantin sehat. Berdasarkan data di atas maka Penulis merumuskan masalah atau pertanyaan penelitian yaitu adakah Hubungan Kecukupan Pemenuhan Gizi dengan Kejadian Anemia pada Siswi SMK dan Sederajat di Wilayah Puskesmas Gamping I Sleman?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui adanya hubungan kecukupan pemenuhan gizi dengan kejadian anemia pada siswi SMK dan sederajat di wilayah Puskesmas Gamping I Sleman.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden meliputi faktor sosial demografi yaitu lokasi tempat tinggal, usia, tipe keluarga, pendidikan ibu, dan pekerjaan ayah.
- b. Diketahui persentase kecukupan pemenuhan gizi pada siswi SMK dan sederajat di wilayah Puskesmas Gamping I Sleman.

- c. Diketahui persentase kejadian anemia pada siswi SMK dan sederajat di wilayah Puskesmas Gamping I Sleman.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian yang dilakukan yaitu dalam bidang profesi kebidanan khususnya gizi remaja dan dibatasi pada pembahasan hubungan antara kecukupan pemenuhan gizi berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) dengan kejadian anemia pada remaja putri. Batasan materi dalam penelitian ini adalah tentang remaja putri, kecukupan pemenuhan gizi, dan anemia. Sasaran pada penelitian ini adalah siswi SMK dan sederajat di wilayah Puskesmas Gamping I.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan referensi mengenai hubungan antara kecukupan pemenuhan gizi dan anemia remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Kepala SMK YPKK 1 dan SMK Muhammadiyah

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan UKS dalam pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Kepala sekolah dapat mengajukan permohonan kepada lintas sektor untuk mendapatkan makanan tambahan serta menjadi bahan evaluasi kebijakan penurunan angka prevalensi anemia remaja putri.

b. Bagi Siswi SMK YPKK 1 dan SMK Muhammadiyah

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran diri setiap siswi dalam meningkatkan kondisi kesehatannya terkait anemia dan kecukupan pemenuhan gizi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan kajian dan literatur mengenai hubungan antara kecukupan pemenuhan gizi dan anemia remaja putri.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti dan Tahun	Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
1	Rina Agustina, Fadila Wirawan, Arini A. Sadariskar, dkk. <i>Food and Nutrition Bulletin SAGE Journal 2021</i>	<i>Associations of Knowledge, Attitude, and Practices toward Anemia with Prevalence and Height-for-Age Z-Score among Indonesian Adolescent Girls</i>	Survei <i>cross-sectional</i> terhadap 335 remaja putri yang dipilih melalui <i>clustered random sampling</i> . Menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari pedoman KAP terkait nutrisi Organisasi Pangan dan Pertanian tahun 2014 untuk anemia. Hubungan antara KAP dan anemia, dan tinggi badan terhadap usia z-score (HAZ), masing-masing dianalisis menggunakan model logistik multivariat dan regresi linier.	KAP (pengetahuan, sikap, dan praktik) yang berhubungan dengan pola makan dan lingkungan sehat tidak berhubungan dengan prevalensi anemia, namun positif dengan peningkatan HAZ pada remaja putri.	Tidak dihubungkan dengan kejadian stunting. Tidak menggunakan kuesioner tetapi data primer. Tidak dilakukan analisis multivariat karena variabel pengganggu di kontrol. Analisis menggunakan uji <i>Chi Square</i> .
2	Raina Lola	Hubungan Pemenuhan	Studi analitik korelatif dengan menggunakan	Adanya korelasi signifikan antara	Karakteristik responden/sa

No	Nama Peneliti dan Tahun	Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
	Fauzia dan Yuli Irnawati. <i>Journal of Nursing Practice and Education</i> . Vol. 4 No. 2, 2024	n Nutrisi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri	desain <i>cross sectional</i> pada 31 responden, sampel penelitian menggunakan metode <i>total sampling</i> . Instrumen penelitian menggunakan Food Recal 24 Hours dan pengukuran kadar Hb. Sedangkan pengelolaan data dengan menggunakan uji korelasi Spearman Rank (rho).	pemenuhan nutrisi dengan prevalensi anemia di kalangan remaja putri di desa Tondomulyo Jakenan Pati. Uji Korelasi <i>Spearman Rank asymp.sig</i> (2-tailed) menunjukkan angka 0,007.	saran dan tempat penelitian: siswi SMA/SMK. Teknik pengambilan sampel <i>purposive sampling</i> . Analisa data menggunakan Chi Square.
3	Azizatul Hamidiyah. JOMIS (<i>Journal of Midwifery Science</i>). Vol. 4 No. 1 2020.	Hubungan Asupan Nutrisi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri	Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian analitik. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan recall gizi. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi. Lembar observasi berisi list makanan dan minuman yang dikonsumsi selama 7 hari terakhir beserta dengan takaran rumah tangga. Analisis data dilakukan menggunakan nutri survey dan uji statistik chi-square.	Menunjukkan hasil <i>P-Value</i> 0,029 dengan taraf signifikan 0,05 maka H_0 ditolak, artinya ada hubungan yang signifikan antara asupan nutrisi dengan terjadinya anemia pada remaja putri.	Teknik pengambilan sampel <i>purposive sampling</i> . Metode recall makanan 24 jam. Karakteristik responden siswi SMA/SMK di wilayah kerja Puskesmas Gamping I
4	Wanda Lasepa, Any Tri Hendarini, dan Lira Mufti	Hubungan antara Asupan Gizi dan Anemia pada	Desain studi penelitian ini yaitu <i>cross sectional</i> dengan analisis chi square. Variabel independennya yaitu	Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian	Karakteristik responden dan tempat penelitian. Teknik pengambilan

No	Nama Peneliti dan Tahun	Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
	Azzahri Isnaeni. Vol 2, No. 1 2023 SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu	Remaja Putri Di MTS Muhammadiyah Penyasawan	asupan zat gizi (zat besi dan vitamin C). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 136 siswa yang dipilih dengan <i>stratified random sampling</i> . Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dan food recall 2x24 jam.	anemia pada remaja putri di MTS Muhammadiyah Penyasawan	sampel <i>purposive sampling</i> . Tidak menggunakan kuesioner. Variable independent: recall gizi berdasarkan AKG.