

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah kondisi di mana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari biasanya. Hemoglobin diperlukan untuk membawa oksigen dan jika anda memiliki sel darah merah yang terlalu sedikit atau tidak normal, atau tidak cukup hemoglobin, akan ada penurunan kapasitas darah untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh. Hal ini mengakibatkan gejala seperti kelelahan, kelemahan, pusing dan sesak napas. Konsentrasi hemoglobin optimal yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan fisiologis bervariasi menurut usia, jenis kelamin, ketinggian tempat tinggal, kebiasaan merokok dan status kehamilan (WHO, 2023).

Anemia adalah penyakit kekurangan kadar hemoglobin di dalam darah atau kekurangan butir darah merah (KBBI). Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat terjadi pada semua kelompok umur mulai dari balita sampai usia lanjut. Siklus menstruasi setiap bulan menyebabkan remaja putri (rematri) rentan menderita anemia (Kemenkes, 2018).

Anemia yaitu suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk setiap kelompok umur dan

jenis kelamin, pada wanita remaja Hb normal adalah 12-15 g/dL dan pria remaja adalah 13-17 g/dL (Sya'bani, Andriyani and Lusida, 2025).

Anemia pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional. Hal ini dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun sehingga mudah sakit, mudah lemas dan lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun, meningkatkan risiko menderita infeksi, serta dapat mengakibatkan produktivitas kerja yang rendah (Aditya *et al.*, 2025).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2023 terdapat sekitar 256,6 juta perempuan usia 15-49 tahun di Asia Tenggara mengalami anemia. Angka ini menjadikan Asia Tenggara sebagai wilayah dengan prevalensi anemia tertinggi di dunia. Kondisi ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius dan memerlukan perhatian di tingkat global (WHO, 2025).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia di Indonesia mencapai 16,2% atau sekitar 33.610 jiwa, dengan penderita berjenis kelamin perempuan sebesar 18% atau sekitar 16.539 jiwa (Kementerian Kesehatan, 2023).

Anemia dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh dan produktivitas. Namun terdapat masalah jangka panjang jika anemia yang terjadi pada remaja tidak diatasi dapat berisiko pada saat hamil dan akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam

kandungan serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan menyebabkan kematian ibu dan anak (Kementerian Kesehatan, 2023).

Berdasarkan data prevalensi anemia pada remaja putri di Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2024, diketahui bahwa angka kejadian anemia masih tergolong cukup tinggi. Kabupaten Kulon Progo merupakan wilayah dengan prevalensi anemia tertinggi, yaitu sebesar 41,61%. Selanjutnya, Kabupaten Bantul memiliki prevalensi anemia sebesar 28,28%, diikuti oleh Kota Yogyakarta sebesar 25,67%. Sementara itu, prevalensi anemia di Kabupaten Sleman dan Kabupaten Gunung Kidul relatif lebih rendah, masing-masing sebesar 14,53% dan 10,41%. Secara keseluruhan, prevalensi anemia remaja putri di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta mencapai 23,07%, yang menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang perlu mendapatkan perhatian serius (Dinas Kesehatan DIY, 2025).

Hasil skrining anemia tahun 2024 di Kabupaten Kulon Progo menunjukkan bahwa beberapa kecamatan memiliki prevalensi anemia yang melebihi ambang batas aman Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, yaitu sebesar 30%. Kecamatan-kecamatan tersebut antara lain Nanggulan (64%), Panjatan I (60%), Wates (59%), Lendah I (54%), dan Pengasih I (56%). Tingginya prevalensi anemia di wilayah-wilayah tersebut menegaskan bahwa anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu ditangani secara komprehensif, khususnya

melalui upaya peningkatan pengetahuan dan sikap remaja terkait anemia (Dinas Kesehatan, 2025). SMA Negeri 1 Pengasih berada di wilayah kerja Puskesmas Pengasih 1, sehingga menjadi lokasi relevan untuk melihat kesiapan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap pencegahan anemia.

Remaja perempuan lebih rentan terkena anemia karena kehilangan darah selama menstruasi, tingkat infeksi dan cacing yang tinggi, serta asupan zat besi yang kurang. Faktor-faktor yang meningkatkan risiko terkena anemia meliputi kurangnya pemahaman tentang nutrisi, kondisi ekonomi yang buruk, kebiasaan makan yang tidak sehat, sering melewatkan makan, konsumsi makanan dan zat besi yang tidak cukup, kebersihan diri yang buruk, serta penyakit menular. Mengatasi dan mengurangi risiko anemia secara efektif sangat penting, karena telah terbukti menjadi hal yang sangat krusial untuk mendukung pertumbuhan yang sehat, yang nantinya akan membantu mereka menjadi ibu yang sehat di masa depan. Di sisi lain, pengetahuan, sikap, dan praktik gizi yang benar lebih berkaitan dengan pola hidup sehat yang lebih baik, yang bisa membantu mencegah anemia serta berbagai masalah kesehatan lainnya yang terkait dengan faktor-faktor risiko pada remaja (Rahman *et al.*, 2024).

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui yang muncul setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Proses penginderaan tersebut berlangsung melalui pancaindra manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Sebagian besar pengetahuan yang dimiliki manusia diperoleh melalui indra penglihatan dan

pendengaran. Pengetahuan pada umumnya diperoleh melalui pengalaman serta berbagai sumber informasi, seperti guru, teman sebaya, keluarga, orang tua, dan media informasi, baik media cetak maupun elektronik, termasuk internet. Pengetahuan remaja putri yang sebagian besar berada dalam kategori baik menunjukkan bahwa mereka cukup aktif dalam mencari dan memperoleh informasi, khususnya terkait anemia. Pada kondisi saat ini, kemudahan akses informasi semakin disadari, sehingga remaja dapat dengan mudah memperoleh berbagai informasi, baik bersifat umum maupun yang berkaitan dengan kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama yang baik antara pihak sekolah dan orang tua. Selain pendampingan dari orang tua di rumah, pemberian informasi dan edukasi oleh tenaga kesehatan juga sangat penting untuk memastikan bahwa informasi yang diterima remaja putri merupakan informasi yang akurat dan dapat dipertanggungjawabkan (Arifarahmi, 2021).

Sikap merupakan respons atau reaksi internal yang bersifat tertutup terhadap suatu stimulus atau objek, yang terbentuk berdasarkan keyakinan individu dan menimbulkan kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan keyakinan tersebut. Namun, sikap tidak serta-merta terwujud dalam bentuk tindakan atau praktik nyata. Untuk mengaktualisasikannya menjadi perilaku, diperlukan faktor pendukung atau kondisi lingkungan yang memungkinkan. Oleh karena itu, meskipun remaja putri memiliki sikap yang baik, apabila lingkungan tidak mendukung, khususnya dalam hal pola makan atau praktik pencegahan anemia lainnya, maka kondisi tersebut

belum tentu menjamin terhindarnya remaja dari anemia. Menurut Riesky Budi Nurhidayati (2024) meskipun remaja putri yang anemia memiliki sikap yang baik terhadap pencegahan anemia namun ketika tidak didukung dengan pengetahuan, dan gizi yang baik seperti dalam kemampuan untuk menyediakan aneka ragam makanan maka, maka hal itu bisa menjadi penyebab anemia pada remaja putri (Nurhidayati, 2024).

Program konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) untuk siswi di SMAN 1 Pengasih dan wilayah Kulon Progo secara umum merupakan bagian dari Gerakan Aksi Bergizi Nasional untuk mencegah anemia pada remaja putri. Meski angka distribusi TTD oleh puskesmas seringkali mencapai target, tingkat kepatuhan konsumsi secara rutin (1 tablet per minggu) masih menjadi tantangan utama. Pemberian suplemen ini biasanya dikoordinasikan langsung bersama pihak sekolah dan Puskesmas setempat dengan jadwal rutin, edukasi gizi, dan senam bersama.

Berdasarkan latar belakang tersebut, diperlukan pemahaman yang lebih mendalam mengenai sejauh mana pengetahuan dan sikap siswi SMA terhadap upaya pencegahan anemia. Hal ini menjadi semakin penting mengingat Kecamatan Pengasih merupakan wilayah dengan jumlah kasus anemia tertinggi di Kabupaten Kulon Progo, sehingga remaja putri di daerah ini berada pada lingkungan dengan risiko lebih tinggi dan membutuhkan edukasi pencegahan sejak dini. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Pengasih”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diatas maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini mengenai pengetahuan dan sikap remaja putri. Data terbaru Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia mencapai 18%. Sedangkan di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta mencapai 23,07%. Khususnya di Kabupaten Kulon Progo prevelensi anemia tertinggi yaitu 41,61%, dan pada wilayah kerja puskesmas Pengasih mencapai 56%. Berdasarkan data tersebut maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini “Bagaimana Gambaran Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo Tahun 2026”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden terkait usia dan sumber informasi tentang anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo.
- b. Mengetahui pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo.

- c. Mengetahui sikap remaja putri tentang anemia di SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah berfokus pada gambaran pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pengasih. Penelitian ini merupakan survei deskriptif kuantitatif dengan rancangan cross-sectional, survei dirancang untuk memperoleh informasi. Pengambilan datanya berdasarkan data primer dengan instrument berupa kuesioner pada remaja putri usia 16-18 tahun di SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo 2026.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi sehingga dapat menjadi pertimbangan dalam merencanakan program di bidang kesehatan khususnya pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswi SMA Negeri 1 Pengasih

Penelitian ini dapat memberikan informasi khususnya siswi SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo mengenai pentingnya pengetahuan

dan sikap dalam upaya pencegahan anemia, sehingga siswi lebih peduli akan upaya pencegahan anemia.

b. Bagi Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Pengasih

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi dan masukan bagi pihak sekolah khususnya SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo untuk disampaikan kepada orang tua.

c. Bagi penanggung jawab UKS di SMA Negeri 1 Pengasih

Penelitian ini dapat digunakan sebagai hasil dalam menyusun atau memperbaiki program pencegahan anemia seperti pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di sekolah SMA Negeri 1 Pengasih Kulon Progo pada remaja putri.

d. Bagi Bidan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam memberikan edukasi dan informasi pada remaja putri, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Pengasih.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan bahan literatur untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengetahuan dan sikap dalam pencegahan anemia pada remaja putri.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Penulis, Judul Penelitian	Metode Penelitian, Hasil Penelitian	Perbedaan dan Persamaan
1.	(Fatmawat, Jeki and Efni, 2025). Pengetahuan dan Perilaku Remaja dalam Pencegahan Anemia di Pesantren Kota Jambi.	Penelitian ini merupakan penelitian Deskriptif kuantitatif yang dilakukan untuk melihat gambaran dari setiap variabel yang diteliti pada waktu yang bersamaan. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara simple random sampling. Hasil: Penelitian ini menunjukkan bahwa responden terbanyak berada pada usia 15–16 tahun (34,0%) dan hampir setengahnya berasal dari kelas XII (47,9%). Sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia (73,4%). Pada aspek perilaku, mayoritas responden menunjukkan perilaku pencegahan anemia yang kurang (88,3%), yang mengindikasikan bahwa pengetahuan yang dimiliki belum sepenuhnya diterapkan dalam tindakan pencegahan anemia sehari-hari.	Perbedaan: pada waktu penelitian, judul penelitian, penelitian ini berfokus pada perilaku, populasi pada penelitian ini adalah remaja putri yang ada di Pondok Pesantren. Persamaan: menggunakan metode kuantitatif, Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner, berfokus pada remaja, Responden anak sekolah usia 16-18.
2.	(Fatwa <i>et al.</i> , 2024). <i>Assessing Knowledge and Attitudes Towards Anemia Among Adolescent Girls at Pesantren Nur Al-Iman Moncongloe maros regency</i>	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan kuisisioner menilai tingkat pengetahuan & sikap remaja puteri terhadap anemia di lingkungan pesantren. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah purposive sampling Hasil: Menemukan tingkat pengetahuan dan sikap	Perbedaan: penelitian ini fokus pada populasi di pesantren/<i>boarding school</i>, bukan SMA umum. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah purposive sampling Persamaan: Tema pengetahuan & sikap anemia pada remaja putri, metode deskriptif kuantitatif, instrumen kuesioner.

	remaja putri terhadap anemia, dengan variabel-variabel yang menunjukkan seberapa baik pemahaman mereka tentang anemia.	
3.	(Musniati and Fitria, 2022). Gambaran pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri	Penelitian menggunakan desain <i>cross sectional</i>. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik <i>quota sampling</i>. Pengolahan dan analisis data dilakukan secara univariat. Hasil: Hasilnya menunjukkan Gambaran Tingkat pengetahuan siswi adalah sebagian besar memiliki pengetahuan rendah (58,7%). Hasilnya menunjukkan Gambaran tingkat sikap siswi adalah sebagian besar memiliki sikap tidak baik (58,7%). Perbedaan: Pada waktu penelitian serta judul penelitian, dan penelitian ini diambil menggunakan teknik <i>quota sampling</i>, Penelitian ini menggunakan angket yang disebarakan secara <i>online</i> melalui <i>google form</i> Persamaan: Fokus pada pengetahuan dan sikap anemia pada remaja putri. Dan Metode <i>cross-sectional</i> sama.
4.	(Rahman <i>et al.</i> , 2024). <i>Prevalence and influencing factors with knowledge, attitude, and practice toward anemia among school-going adolescent girls in rural Bangladesh.</i>	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain <i>Cross-sectional study</i> dengan kuisioner dan pemeriksaan hemoglobin. Analisis data Regresi logistik multivariat untuk mengidentifikasi faktor yang berhubungan dengan anemia. Hasil: prevalensi anemia 37,7% di antara siswa sekolah. Pengetahuan, sikap, dan praktik (KAP) secara individual <i>tidak berkorelasi signifikan</i> dengan anemia secara statistik, tetapi level KAP secara umum rendah. Perbedaan: pada waktu penelitian serta judul penelitian dan juga pemeriksaan hemoglobin. Persamaan: fokus pada pengetahuan dan sikap anemia di antara remaja putri sekolah. Dan sama menggunakan desain <i>cross-sectional</i>.