

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia hingga saat ini masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan global yang membutuhkan perhatian serius. WHO menyatakan bahwa anemia merupakan *global public health concern* dan terutama banyak terjadi pada kelompok rentan, termasuk remaja putri (WHO, 2024). Masa remaja menjadi periode yang rentan mengalami anemia karena adanya peningkatan kebutuhan zat besi akibat percepatan pertumbuhan dan dimulainya menstruasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja putri memiliki risiko yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya dan perlu mendapatkan perhatian khusus dalam upaya pencegahan anemia.

Populasi remaja perempuan di dunia tergolong besar, sehingga risiko kesehatan pada kelompok ini memberikan dampak signifikan terhadap pembangunan kesehatan global. Berdasarkan data *World Population Prospects* 2024, tercatat terdapat sekitar 296 juta perempuan usia 10–14 tahun dan 279 juta perempuan usia 15–19 tahun di seluruh dunia pada tahun 2024 (*United Nations Department of Economic and Social Affairs*, 2024). Selain tingginya jumlah populasi, beban anemia pada kelompok ini juga masih tinggi. Hasil *Global Burden of Disease Study* tahun 2021 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja perempuan usia 15–19 tahun berada pada kisaran sekitar 30–32%, dan angka ini lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki pada kelompok usia yang sama

(Gardner et al., 2023). Temuan ini menegaskan bahwa remaja perempuan merupakan kelompok prioritas dalam upaya pencegahan dan penanggulangan anemia di tingkat global.

Anemia pada remaja masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada kelompok usia 15–24 tahun sebesar 15,5%, dan angka ini menjadi salah satu indikator bahwa remaja, termasuk remaja putri, merupakan kelompok rentan yang masih membutuhkan intervensi pencegahan yang optimal (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Pemerintah juga telah menetapkan program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) mingguan bagi remaja putri sekolah sebagai upaya pencegahan anemia, yaitu satu tablet per minggu sepanjang tahun melalui sekolah atau fasilitas kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Namun, meskipun program telah berjalan secara nasional, tingkat kepatuhan konsumsi dan capaian program dilaporkan masih belum merata di berbagai daerah.

Kondisi anemia pada remaja putri di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menunjukkan tren yang masih perlu diperhatikan. Berdasarkan Buku Data Kesehatan 2024, tercatat bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di DIY mencapai 23,07% pada tahun 2024, angka ini lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional dan menunjukkan bahwa kelompok remaja putri di wilayah ini masih memiliki beban anemia yang signifikan. Selain itu, meskipun program TTD telah dilaksanakan, proporsi remaja putri yang mengonsumsi TTD di DIY tercatat

90,04%, namun angka anemia masih berada pada tingkat yang cukup tinggi, menunjukkan adanya kemungkinan permasalahan terkait kepatuhan, pola konsumsi, absorpsi zat besi, atau faktor risiko lain seperti pola makan dan status gizi (Dinas Kesehatan D.I Yogyakarta, 2024).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kejadian anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berhubungan, mulai dari pengetahuan, sikap, aktivitas fisik, kebiasaan sarapan, kebiasaan minum teh, kebiasaan minum kopi, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, hingga dukungan teman sebaya. Faktor pengetahuan sering diasumsikan berperan besar dalam pencegahan anemia, namun temuan penelitian menunjukkan hasil yang berbeda. Penelitian yang dilakukan oleh Yuliawati (2023) menemukan bahwa meskipun sebagian besar remaja putri memiliki pemahaman yang cukup mengenai anemia dan suplementasi zat besi, tingkat kepatuhan konsumsi TTD tetap rendah, dan pengetahuan tidak terbukti berhubungan signifikan dengan perilaku tersebut ($p = 0.823$). Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan saja tidak serta-merta diikuti perubahan perilaku kesehatan (Yuliawati et al., 2023). Berbeda dengan pengetahuan, sikap ditemukan memiliki kontribusi yang lebih kuat terhadap upaya pencegahan anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Sikap merupakan salah satu faktor psikologis yang dapat berperan dalam memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri karena sikap berhubungan dengan kesiapan seseorang untuk melakukan tindakan pencegahan, seperti mengonsumsi makanan kaya zat besi atau rutin minum tablet tambah darah.

Penelitian yang dilakukan oleh Rakhshani (2025) mendukung hal ini melalui intervensi edukasi yang diberikan kepada siswi SMA. Sebelum intervensi dilakukan, skor sikap pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol relatif serupa (32.15 vs 32.26), namun setelah intervensi skor sikap meningkat secara bermakna pada kelompok perlakuan dibanding kelompok kontrol (41.21 vs 32.84; $p = 0,001$) (Rakhshani et al., 2025). Peningkatan skor ini menunjukkan bahwa sikap dapat diubah melalui edukasi yang tepat, dan perubahan sikap tersebut diikuti oleh peningkatan tindakan pencegahan anemia. Dengan demikian, sikap remaja putri terhadap anemia dan upaya pencegahannya dapat berkontribusi dalam menentukan risiko terjadinya anemia, terutama apabila sikap tersebut berpengaruh pada kesiapan remaja dalam menjalankan perilaku pencegahan secara konsisten.

Aktivitas fisik juga merupakan salah satu faktor yang berpotensi memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri. Aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin dapat meningkatkan kebutuhan energi dan zat besi dalam tubuh, sehingga apabila tidak diimbangi dengan asupan gizi yang adekuat, kondisi ini dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia. Penelitian yang dilakukan pada siswi SMA menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dan kejadian anemia ($p = 0,010$), dengan arah hubungan negatif yang menunjukkan bahwa perbedaan tingkat aktivitas fisik berkaitan dengan status anemia pada remaja putri. Temuan ini mengindikasikan bahwa aktivitas fisik merupakan faktor yang perlu diperhatikan dalam upaya pencegahan anemia,

terutama pada remaja putri yang berada pada masa pertumbuhan dan memiliki kebutuhan zat besi yang meningkat (Palilati et al., 2025).

Kebiasaan sarapan berperan penting dalam pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi, termasuk zat besi, sehingga dapat memengaruhi risiko anemia pada remaja putri. *Literature review* yang dilakukan oleh Permatasari (2025) menunjukkan bahwa dari 8 artikel yang dianalisis, 7 studi (87,5%) melaporkan adanya hubungan signifikan antara kebiasaan sarapan dan kejadian anemia. Remaja putri yang tidak sarapan atau hanya sarapan 1–2 kali per minggu memiliki peluang lebih besar mengalami anemia dibandingkan yang rutin sarapan setiap hari karena asupan energi dan zat besi tidak tercapai optimal (Permatasari, 2025).

Kebiasaan minum teh juga menjadi faktor yang dapat memengaruhi kejadian anemia karena teh mengandung tanin yang dapat menghambat penyerapan zat besi non-heme di dalam tubuh. Berdasarkan *literature review* oleh Ardelia (2025), dari 8 jurnal yang ditelaah, 7 artikel (87,5%) menunjukkan hubungan signifikan antara kebiasaan minum teh dan anemia pada remaja putri. Risiko anemia meningkat terutama pada remaja yang mengonsumsi teh setiap hari atau dalam waktu kurang dari satu jam setelah makan, karena kondisi tersebut semakin memperkuat etambah darahk hambatan penyerapan zat besi (Ardelia, 2025). *Meta-analysis* oleh Yunita (2024) kemudian memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa konsumsi teh atau kopi dapat meningkatkan risiko anemia hingga 2,46 kali dibandingkan yang tidak mengonsumsi (SMD=2,46; 95% CI=1,15–5,27; p=0,02) (Yunita et al., 2024).

Kebiasaan minum kopi juga dapat berkontribusi terhadap risiko anemia karena kopi mengandung katekin yang dapat menghambat penyerapan zat besi, terutama apabila dikonsumsi berdekatan dengan waktu makan. Penelitian berjudul *The Effect of Coffee Consumption Habits and Sleep Quality on Hemoglobin Levels in Adolescent Girls* menunjukkan bahwa remaja putri yang rutin mengonsumsi kopi memiliki kadar hemoglobin lebih rendah rata-rata 0,5–1,2 g/dL dibandingkan yang tidak mengonsumsi kopi, dengan risiko lebih tinggi pada remaja yang mengonsumsi kopi ≥ 3 kali per minggu (Nurrahma et al., 2025). Temuan ini diperkuat oleh *meta-analysis* Yunita, (2024) yang melaporkan bahwa konsumsi minuman berkafein seperti kopi dapat meningkatkan risiko anemia secara signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa kebiasaan minum kopi, terutama jika tidak diimbangi pola makan yang mendukung penyerapan zat besi, dapat menjadi faktor risiko anemia pada remaja putri (Yunita et al., 2024).

Kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah juga merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan program pencegahan anemia pada remaja putri, karena suplementasi hanya efektif apabila dikonsumsi secara teratur. Hal ini juga ditegaskan dalam Permenkes RI No. 88 Tahun 2014, yang menyatakan bahwa efektivitas program suplementasi zat besi sangat dipengaruhi oleh tingkat kepatuhan sasaran dalam mengonsumsi tablet. Namun, temuan di lapangan menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan remaja masih rendah. Penelitian pada remaja putri di Kecamatan Baron, Kabupaten Nganjuk,

menunjukkan bahwa 71,0% responden tidak mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur, dan hanya 29,0% yang patuh sesuai anjuran (Riza et al., 2023). Rendahnya kepatuhan ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti lupa, ketidaksukaan terhadap rasa tablet tambah darah samping seperti mual atau pusing, sebagaimana dijelaskan dalam studi tersebut bahwa sebagian besar siswa lupa jadwal konsumsi atau bahkan menyerahkan tablet kepada anggota keluarga lain. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa kesadaran memiliki hubungan yang signifikan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah ($p = 0,000$) (Riza et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan program suplementasi tidak hanya bergantung pada ketersediaan tablet, tetapi juga pada motivasi, kesadaran, dan penerimaan individu terhadap pentingnya pencegahan anemia.

Dukungan teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kesehatan remaja, termasuk kepatuhan terhadap konsumsi tablet tambah darah. Menurut WHO, kelompok sebaya merupakan salah satu pengaruh sosial terkuat pada masa remaja, yang dapat memfasilitasi atau menghambat perilaku kesehatan. Remaja yang memperoleh dukungan motivasional dari teman sebaya, seperti diingatkan untuk mengonsumsi TTD atau diajak mengikuti kegiatan kesehatan sekolah, cenderung menunjukkan kepatuhan yang lebih baik terhadap program suplementasi. Jurnal lain juga menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya berhubungan positif dengan perilaku kesehatan, termasuk nutrisi, manajemen stres, dan aktivitas fisik, serta dapat meningkatkan penerimaan terhadap intervensi kesehatan di sekolah. Kurangnya dukungan sebaya dapat

menurunkan motivasi remaja untuk mengikuti program TTD, terutama karena remaja sangat sensitif terhadap norma sosial dan penerimaan kelompok.

Meskipun anemia pada remaja putri telah menjadi fokus berbagai program kesehatan, termasuk suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) melalui Permenkes No. 88 Tahun 2014, prevalensi anemia di tingkat daerah masih tergolong tinggi dan menunjukkan pola yang belum membaik. Kulon Progo menjadi salah satu wilayah dengan beban anemia remaja putri tertinggi di DIY. Data menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di Kulon Progo mencapai 41,61%, menjadi angka tertinggi dibandingkan kabupaten/kota lain di provinsi tersebut (Dinas Kesehatan D.I Yogyakarta, 2024). Sementara itu, tingkat konsumsi TTD tercatat 85,77%, lebih rendah jika dibandingkan kabupaten lain di DIY seperti Sleman atau Kota Yogyakarta (Dinas Kesehatan D.I Yogyakarta, 2024).

Hasil skrining di Kabupaten Kulon Progo menunjukkan bahwa pada tahun 2023 prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 43,23% dari total 4.547 siswi yang diperiksa. Situasi tersebut tidak menunjukkan penurunan bermakna pada tahun 2024, di mana prevalensi anemia masih berada pada angka 41,47% dari 6.275 siswi yang diperiksa. Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan prioritas meskipun intervensi sudah berjalan. Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya di Indonesia lebih berfokus pada satu atau dua faktor risiko, seperti pola makan atau kepatuhan konsumsi TTD, dan belum banyak penelitian yang menilai gabungan faktor pengetahuan, sikap, aktivitas fisik, kebiasaan sarapan, kebiasaan minum teh, kebiasaan minum kopi,

kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, dan dukungan teman sebaya dalam satu model analisis pada populasi remaja putri di tingkat sekolah menengah atas di wilayah Kulon Progo. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian antara program, bukti ilmiah, dan hasil lapangan.

Melihat masih tingginya prevalensi anemia pada remaja putri di Kabupaten Kulon Progo meskipun program suplementasi tablet tambah darah telah berjalan, serta belum adanya penelitian yang menilai faktor determinan anemia secara komprehensif pada populasi ini, maka diperlukan penelitian yang tidak hanya mengidentifikasi tetapi juga menganalisis faktor-faktor yang berperan. Oleh karena itu, penelitian mengenai “*Faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada siswi SMA di Kabupaten Kulon Progo*” menjadi penting untuk dilakukan agar menghasilkan dasar *evidence-based* dalam penyusunan strategi intervensi yang lebih tepat sasaran di tingkat sekolah maupun daerah.

B. Rumusan Masalah

Remaja putri merupakan kelompok usia yang rentan mengalami anemia karena peningkatan kebutuhan zat besi akibat pertumbuhan dan menstruasi. Berbagai faktor diduga berperan dalam terjadinya anemia pada remaja putri, termasuk pengetahuan mengenai anemia, sikap terhadap pencegahan anemia, aktivitas fisik, kebiasaan sarapan, kebiasaan minum teh, kebiasaan minum kopi, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, dan dukungan teman sebaya. Namun, hingga saat ini belum diketahui faktor mana yang memiliki hubungan paling bermakna dengan kejadian anemia pada siswi SMA khususnya di Kabupaten

Kulon Progo, mengingat angka anemia di wilayah ini masih tinggi meskipun program pencegahan telah berjalan. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi: “Faktor-faktor apa saja yang memengaruhi kejadian anemia pada siswi SMA di Kabupaten Kulon Progo?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada siswi SMA di Kulon Progo.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya karakteristik responden berdasarkan usia dan status sosial ekonomi.
- b. Diketuinya distribusi frekuensi: pengetahuan, sikap, aktivitas fisik, kebiasaan sarapan, kebiasaan minum teh, kebiasaan minum kopi, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, dan dukungan teman sebaya.
- c. Diketuinya hubungan tingkat pengetahuan, sikap, aktivitas fisik, kebiasaan sarapan, kebiasaan minum teh, kebiasaan minum kopi, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, dan dukungan teman sebaya dengan kejadian anemia pada siswi SMA.
- d. Diketuinya faktor yang paling berpengaruh dengan kejadian anemia pada siswi SMA di Kabupaten Kulon Progo.

D. Ruang Lingkup

1. Ruang lingkup waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada periode bulan Januari tahun 2026. Waktu tersebut mencakup tahap persiapan (perizinan, penyusunan instrumen), pengumpulan data (penyebaran kuisioner dan pengecekan kadar Hb), hingga analisis data serta penyusunan laporan penelitian.

2. Ruang lingkup tempat

Penelitian ini dilakukan pada siswi SMA di Kabupaten Kulon Progo.

3. Ruang lingkup materi

- a. Variabel Independen: Faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia, meliputi pengetahuan, sikap, aktivitas fisik, kebiasaan sarapan, kebiasaan minum teh, kebiasaan minum kopi, kepatuhan konsumsi tablet fe, dan dukungan teman sebaya.
- b. Variabel Dependen: Kejadian anemia pada siswi SMA di Kabupaten Kulon Progo.
- c. Subjek penelitian adalah siswi SMA di Kabupaten Kulon Progo yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, yaitu siswa aktif, berusia 15-19 tahun, dan bersedia menjadi responden penelitian.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Tujuan umum penelitian ini adalah memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu kesehatan, khususnya dalam bidang kesehatan

reproduksi remaja dengan menambah bukti ilmiah mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri, yang berfokus pada pencegahan anemia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Diharapkan dapat menambah referensi ilmiah mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada siswi SMA di Kabupaten Kulon Progo.

b. Bagi Kepala Sekolah

Diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan program edukasi gizi dan pembentukan perilaku sehat pada siswi SMA serta mendukung upaya sekolah dalam meningkatkan kesadaran dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

c. Bagi Bidan

Diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi program pencegahan anemia pada remaja putri berdasarkan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan topik serupa dengan penambahan variabel, metode, atau desain penelitian yang berbeda.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Tabel Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Metodologi Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1.	<i>Associations of Knowledge, Attitude, and Practices Toward Anemia with Prevalence and Height-for-Age Z-Score among Indonesian Adolescent Girls.</i> Peneliti: Agustina et al. Tahun: 2021	Penelitian <i>cross-sectional</i> pada 335 remaja putri di Jawa Barat. Variabel yang diteliti adalah pengetahuan, sikap, dan praktik pencegahan anemia, dengan pemeriksaan hemoglobin menggunakan metode digital.	Prevalensi anemia sebesar 44%. Hasil menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap tidak berhubungan signifikan dengan anemia (AOR = 1.26; p = 0.43).	Persamaan: Sama-sama meneliti hubungan pengetahuan dan sikap pada remaja putri terkait anemia dengan desain penelitian <i>cross-sectional</i> . Perbedaan: Penelitian ini tidak menilai variable aktivitas fisik, kebiasaan sarapan, kebiasaan minum teh, kebiasaan minum kopi, kepatuhan konsumsi TTD, dan dukungan teman sebaya yang menjadi variabel tambahan.
2.	<i>Anemia among Adolescent Girls in West Java, Indonesia: Related Factors and Consequences on the Quality of Life.</i> Peneliti: Sari et al. Tahun: 2022	Penelitian <i>cross-sectional</i> pada 286 siswi SMA di Soreang, Jawa Barat. Variabel yang dikaji mencakup faktor biologis, pola makan, dan konsumsi suplemen zat besi. Pemeriksaan Hb menggunakan alat digital.	Prevalensi anemia ditemukan sebesar 14,3%. Faktor yang paling berpengaruh adalah durasi menstruasi dan faktor biologis, sedangkan konsumsi makanan kaya zat besi tidak selalu berhubungan langsung dengan anemia.	Persamaan: Sama-sama meneliti anemia pada remaja putri di tingkat SMA di Indonesia. Perbedaan: Penelitian ini fokus pada faktor biologis dan pola makan, tanpa mengevaluasi pengetahuan, sikap, maupun kepatuhan TTD yang diteliti dalam penelitian ini.

No	Judul Penelitian	Metodologi Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
3.	<i>Factors Influencing the Prevalence of Anaemia in Tambakdarahmale Adolescents: A Population-Based Study in Karanganyar, Indonesia</i> Peneliti: Sigit, F.S. et al. Tahun: 2024	Penelitian <i>cross-sectional</i> berbasis populasi pada remaja putri sekolah. Variabel yang dikaji mencakup pola makan, status sosial ekonomi, dan konsumsi suplemen TTD.	Hasil menunjukkan bahwa status sosial ekonomi rendah, pola makan tidak sesuai kebutuhan, dan ketidakpatuhan konsumsi TTD berhubungan signifikan dengan anemia pada remaja putri	Persamaan: Menilai kepatuhan TTD sebagai faktor yang berhubungan dengan anemia, sesuai variabel penelitian ini. Perbedaan: Penelitian ini tidak memasukkan variabel pengetahuan dan sikap, yang menjadi bagian dalam penelitian ini.