

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia atau sering disebut dengan istilah kurang darah merupakan suatu kondisi dengan jumlah sel darah merah berkurang dan mengakibatkan *oxygen-carrying capacity* tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Bila oksigen yang diperlukan tidak cukup dapat menurunkan pertumbuhan, perkembangan, kemampuan kognitif, konsentrasi belajar, dan kerentanan terhadap penyakit infeksi.

Anemia ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) dan sel darah merah (eritrosit) lebih rendah dibandingkan normal. Jika kadar hemoglobin kurang dari 14 g/dl dan eritrosit kurang dari 41% pada pria, maka pria tersebut dikatakan anemia. Demikian pula pada wanita, wanita yang memiliki kadar hemoglobin kurang dari 12 g/dl dan eritrosit kurang dari 37%, maka wanita itu dikatakan anemia. Salah satu efek dari masalah gizi pada remaja putri adalah anemia gizi, yang disebabkan oleh kekurangan zat gizi yang bertanggung jawab atas pembentukan hemoglobin, yang dapat terjadi karena kekurangan konsumsi atau gangguan absorpsi zat gizi tersebut. (Lewa 2016).

Diperkirakan 18% yang tinggal di negara industri mengalami anemia, sedangkan di negara berkembang jumlahnya meningkat hingga 56%. Anemia merupakan faktor yang menyebabkan timbulnya masalah kesehatan pada wanita serta kematian selama kehamilan dan persalinan (Astutik *et al.*, 2018).

Sementara itu, anemia yang dialami oleh wanita saat remaja juga dikaitkan dengan risiko kelahiran prematur, bayi dengan berat badan lahir rendah, kematian ibu, dan bayi baru lahir yang lebih kecil. Karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan, mereka lebih rentan terhadap anemia dibandingkan remaja putra sering kali menjaga penampilan, ingin mendapatkan tubuh ideal sehingga berdiet dan mengurangi makan (Kurniawati *et al.*, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO) 2018, prevalensi anemia remaja di dunia berkisar 40-88%. Angka kejadian anemia pada remaja putri di negara berkembang sekitar 53,7%. Berdasarkan data dari *Association of South East Asia Nations* (ASEAN) angka kejadian anemia pada remaja putri sebesar 48,2%. Sedangkan angka kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia sebesar 32%, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data dari tahun 2013 sampai 2018 terdapat kenaikan prevalensi anemia pada remaja putri di DKI Jakarta pada kelompok usia 15-24 tahun yaitu 18,4% menjadi 32% atau 14,7 juta jiwa.

Tingginya kasus anemia disebabkan oleh banyak faktor, yaitu perdarahan hebat, menstruasi setiap bulan, gangguan menstruasi, kurangnya kadar zat besi dalam tubuh, kekurangan asam folat, kekurangan nutrisi, vitamin B12, penyakit kronis, penyakit malaria, infeksi cacing tambang (Putera KSK *et al.*, 2019).

Anemia dapat menimbulkan banyak dampak pada remaja putri, yaitu proses pertumbuhan terhambat, penurunan tingkat kebugaran, penurunan daya ingat dan daya imun sehingga rawan terkena infeksi serta

penurunan daya konsentrasi sehingga berdampak pada kemampuan belajar dan prestasi belajar. Anemia pada remaja putri dapat terjadi dikarenakan banyak mengalami kekurangan zat gizi dalam konsumsi makanan sehari-harinya (Riskesdas, 2018).

Kekurangan zat besi dianggap penyebab paling umum dari anemia secara global, tetapi beberapa penyebab lainnya adalah kekurangan zat gizi termasuk folat, vitamin B12 dan vitamin A3 menyebabkan remaja putri tidak dapat memenuhi keanekaragaman zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuhnya untuk proses sintesis pembentukan hemoglobin (Hb). Bila hal ini terjadi dalam jangka waktu yang lama akan menyebabkan kadar Hb terus berkurang dan menimbulkan anemia.

Anemia lebih sering terjadi pada remaja perempuan berusia 10 hingga 19 tahun (National Institute of Health, 2012). Remaja perempuan adalah generasi masa depan negara yang akan menentukan generasi berikutnya. Untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia generasi berikutnya (Kemenkes, 205). Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) mendukung perbaikan gizi. Walaupun remaja putri tidak disebutkan secara langsung dalam 1000 HPK, status gizi remaja putri sangat penting untuk kesehatan, keselamatan kehamilan, dan kelahiran mereka (Bappenas, 2012).

Remaja perempuan memiliki risiko tinggi sepuluh kali lebih besar daripada remaja laki-laki. Remaja perempuan sering mengabaikan kondisi kesehatan mereka sehingga anemia tidak terdeteksi dan terus meningkat setiap tahunnya. Selain itu, sejumlah kecil remaja perempuan sering

berusaha untuk tetap langsing, yang menyebabkan asumsi bahwa mereka harus mengikuti program diet atau mengurangi porsi makan mereka. Secara umum, kurangnya pengetahuan tentang beberapa faktor, seperti pola makan yang kurang dapat meningkatkan prevalensi anemia.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengetahuan adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi anemia. Berdasarkan penelitian Laksmi (2018) di Kabupaten Tanggamus terdapat hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Selain itu, hal ini juga didukung oleh hasil penelitian dari Ika Permanasari, *et al.*, (2018) di SMAN 05 Pekanbaru bahwa terdapat hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kadar hemoglobin remaja putri

Selain pengetahuan, faktor lain yang dapat mempengaruhi anemia, yaitu pola makan. Pola makan juga memegang peranan penting dalam kejadian anemia. Berdasarkan penelitian Dzul Istiqomah Hasyim (2016) di SMA Negeri 2 Pringsewu didapatkan hasil bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Selain itu, penelitian tambahan yang dilakukan oleh Anis Muhayati pada tahun 2019 di SMA Negeri 97 Jakarta menemukan bahwa ada hubungan antara pola makan yang baik dengan kejadian anemia.

Untuk mengurangi anemia defisiensi zat besi pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) dan SMP, Pemerintah DKI Jakarta telah merencanakan program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) dirancang untuk wanita usia subur. Program ini memiliki dua kegiatan utama. Yang pertama adalah penyediaan Konseling, Informasi, dan

Edukasi (KIE), yang mencakup penyuluhan, promosi, kampanye anemia, dan pemberian tablet tambah darah secara teratur. (Larasati *et al.*, 2021).

Selain pemerintah, perawat juga memiliki peran penting terhadap masalah anemia dalam pencegahan dan pengobatan anemia pada remaja putri. Beberapa peran perawat dalam mengatasi anemia pada remaja putri

yaitu dengan memberikan edukasi tentang pentingnya nutrisi yang seimbang dan cara mencegah anemia, mengidentifikasi remaja putri yang berisiko tinggi terkena anemia, mengawasi dan memonitor status nutrisi remaja putri secara berkala, memberikan intervensi yang tepat, serta mengembangkan program-program kesehatan yang bertujuan untuk mencegah anemia pada remaja putri yang bertujuan untuk menghindari kemungkinan efek yang lebih lanjut.

Berdasarkan studi pendahuluan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 154 Jakarta yang berada di wilayah Kelurahan Pengadegan, Kecamatan Pancoran, Jakarta Selatan, didapatkan data hasil bahwa siswi sering menunjukkan gejala, seperti mata berkunang-kunang, sering tidak berkonsentrasi saat belajar, mudah lelah saat beraktivitas dan terkadang pusing seperti berputar. Hal ini juga disampaikan oleh data pihak Unit Kesehatan Sekolah (UKS) yang mengatakan bahwa tanda gejala yang dialami siswi sering terjadi di setiap minggu nya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah dari penelitian ini yaitu ”apakah ada hubungan pengetahuan dan pola makan dengan anemia pada remaja putri di sekolah menengah pertama negeri 154 Jakarta?”.

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan pola makan dengan anemia pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 154 Jakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui karakteristik usia remaja putri di SMPN 154 Jakarta
2. Diketahui tingkat pengetahuan remaja putri di SMPN 154 Jakarta mengenai anemia
3. Diketahui pola makan remaja putri di SMPN 154 Jakarta terhadap permasalahan anemia.
4. Diketahui hubungan pengetahuan dan pola makan dengan anemia pada remaja putri di SMPN 154 Jakarta

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Bagi Siswi SMP Negeri 154 Jakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada responden, meningkatkan pengetahuan mereka tentang bukti

yang menunjukkan hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 154 Jakarta.

1.4.2 Bagi Tempat Penelitian : SMP Negeri 154 Jakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data pendukung masalah anemia di Sekolah Menengah Pertama Negeri 154 Jakarta dan dapat memberikan intervensi untuk mencegah terjadinya anemia yang berkelanjutan.

1.4.3 Bagi Puskesmas Kecamatan Pancoran

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar membuat kebijakan institusi untuk program pemerintah seperti GERMAS yang melibatkan pencegahan dan intervensi untuk mencegah anemia pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama.

1.4.4 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional

Hasil penelitian ini diharapkan akan menjadi dasar untuk mengaplikasikan program pemerintah dengan cara melakukan pengabdian masyarakat ke sekolah tersebut baik dilakukan oleh dosen maupun mahasiswa untuk membantu menurunkan angka kejadian anemia di sekolah tersebut.

1.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi pengembangan penelitian tentang anemia pada remaja putri melalui pemberian intervensi yang tepat.