

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia adalah keadaan di mana jumlah sel darah merah dalam tubuh tidak tercukupi untuk kebutuhan fisiologi. Sel darah merah (Hb) di katakan tidak normal pada remaja putri jika kadarnya dalam tubuh kurang dari $< 12\text{gr/dl}$. Remaja putri rentan mengalami anemia karena pada masa tersebut remaja putri mengalami menstruasi sehingga banyak sekali kehilangan darah yang berarti kadar zat besi pun menjadi berkurang. Pada masa menstruasi, remaja putri dapat kehilangan zat besi dua kali lebih banyak pada masa biasanya (Simanungkalit & Simarmata, 2019). Remaja perempuan lebih rentan terhadap anemia dibandingkan remaja laki-laki karena mereka mengalami menstruasi setiap bulan. Dibandingkan dengan remaja pria, remaja putri yang mengalami menstruasi setiap bulan membutuhkan lebih banyak zat besi (Kemenkes RI 2018).

Tubuh wanita kehilangan sejumlah zat besi melalui darah yang keluar selama menstruasi. Kehilangan zat besi setiap hari selama menstruasi rata-rata adalah 1,3 mg. Jika tubuh tidak mendapatkan jumlah zat besi yang cukup, kekurangan zat besi dalam tubuh dapat ditunjukkan sebagai kekurangan zat besi. Salah satu molekul pembawa oksigen yang paling umum ditemukan dalam sel darah merah adalah hemoglobin, yang berperan penting dalam proses penyebaran oksigen ke seluruh tubuh (WHO, 2021).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2021, menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang dapat mencapai 30% hingga 50%. Di Indonesia, anemia juga menjadi masalah yang besar bagi

remaja putri dengan prevalensi mencapai 20% hingga 30% yang mengalami anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Berdasarkan data profil kesehatan Kota Depok tahun 2023, remaja putri yang mengalami anemia mencapai 36,34%.

Anemia dapat disebabkan dari berbagai faktor, termasuk asupan atau penyerapan nutrisi yang tidak memadai. Kekurangan zat besi adalah penyebab nutrisi utama anemia, meskipun kekurangan folat, vitamin B12, dan A juga merupakan faktor yang signifikan (WHO,2021). Anemia juga dapat menyebabkan prestasi belajar remaja putri menurun. Anemia tidak hanya dapat berdampak pada fungsi fisik dan mental, tetapi juga dapat menyebabkan masalah organ reproduksi pada remaja putri (Ardiansyah., 2022).

Kekurangan zat besi memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan remaja. Khususnya pada remaja putri, anemia ini dapat menyebabkan hilangnya motivasi untuk belajar dan berkonsentrasi, wajah tampak pucat, serta sering merasa lelah dan kurang bertenaga. Selain itu, mereka juga mengalami kondisi tubuh yang lemas dan mudah mengantuk, yang pada akhirnya mengurangi daya tahan tubuh. Penelitian juga menunjukkan bahwa suplementasi zat besi secara intermiten dapat membantu mengurangi anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di kalangan wanita (Damayanti et al., 2021). Tubuh dapat memproduksi hemoglobin dan menyerap zat besi dengan baik sebagai hasilnya. Para remaja perempuan harus memastikan bahwa mereka mengonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang, banyak buah, sayuran, menjaga kadar Hb secara teratur dan meminum TTD satu tablet per minggu, (Kemenkes RI, 2021).

Pemerintah Indonesia melakukan upaya pencegahan anemia dengan cara pemberian tablet tambah darah (ITD). Namun, dalam penerapan pencegahannya

ditemukan permasalahan remaja tidak patuh dalam konsumsi tablet tambah darah, sehingga prevalensi remaja anemia masih tinggi. Remaja putri dikatakan patuh konsumsi tablet Fe jika dalam satu tahun telah mengonsumsi tablet Fe yaitu sebanyak 52 tablet. Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 melaporkan bahwa pemberian TTD pada remaja putri di Indonesia sebesar 48,52%. (Kemenkes RI, 2018).

Pemerintah menangani anemia remaja putri dengan cara memberikan tablet tambah darah (TTD), yang harus dikonsumsi satu tablet setiap minggu. Agar remaja putri tidak mengalami anemia, dengan tablet tambah darah (TTD) yang dikonsumsi secara teratur dapat mencegah terjadinya anemia (Savitri et al., 2021).

Kesadaran remaja putri akan pentingnya mengonsumsi TTD terkait erat dengan ketaatan dan/atau kedisiplinan. Hal ini terutama berlaku untuk remaja putri karena ketika mereka semakin memahami dan mengerti apa yang mereka lakukan, kepatuhan mereka terhadap penggunaan TTD akan meningkat (Amir N, 2019). Studi lain menemukan bahwa konsumsi TTD berhubungan dengan hubungan dengan teman sebaya; Remaja putri yang memiliki teman sebaya yang sangat baik cenderung menggunakan tablet untuk menambah darah secara teratur, yang sangat membantu. Kehidupan remaja dipengaruhi oleh banyak teman sebaya. Mereka dapat berperan dalam berbagi pengetahuan, pengalaman, dan keinginan terkait penggunaan TTD (Utomo et al., 2020).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data profil kesehatan di kota Depok kejadian anemia pada remaja sebesar 36,34%. Hal ini tentu memberikan dampak pada kesehatan remaja khususnya remaja putri yaitu, penurunan imunitas, gangguan konsentrasi, penurunan prestasi belajar, mengganggu kebugaran produktivitas, dan keterlambatan pertumbuhan fisik. Pemerintah Indonesia melakukan upaya pencegahan anemia dengan pemberian tablet tambah darah (TTD). Namun, dalam penerapannya ditemukan permasalahan remaja tidak patuh dalam konsumsi tablet tambah darah, sehingga prevalensi remaja anemia masih tinggi. Remaja putri dikatakan patuh konsumsi tablet Fe jika dalam satu tahun telah mengkonsumsi tablet Fe sebanyak 52 tablet. Maka rumusan dalam penelitian ini adalah faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri di SMA Tadika Pertiwi Cinere Depok tahun 2025.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisa faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri di SMA Tadika Pertiwi Cinere Depok Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan, sikap, pola makan, status gizi, kepatuhan minum tablet tambah darah dan dukungan sekolah pada remaja putri di SMA Tadika Pertiwi Cinere Depok.
- 2) Mengetahui pengaruh hubungan pengetahuan, sikap, pola makan, status gizi, kepatuhan minum tablet tambah darah dan dukungan sekolah pada remaja putri di SMA Tadika Pertiwi Cinere Depok.

1.4 Manfaat Penelitian

1) Manfaat Bagi Tempat Penelitian

Hasil dari penelitian ini di harapkan dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri di SMA Tadika Pertiwi Cinere Depok.

2) Manfaat Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna kepada para remaja putri mengenai bahaya anemia serta faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kejadian anemia.

3) Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berguna bagi masyarakat tentang anemia pada remaja putri serta faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kejadian anemia.

