BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa kehidupan individu dimana terjadi perkembangan psikologis untuk menemukan jati diri. Pada masa peralihan tersebut, remaja akan dapat mengembangkan bakat dan kemampuan yang ia miliki yang akan ditunjukkan pada orang lain agar terlihat berbeda dari yang lain (Kusmiran, 2011). Masa remaja sering disebut dengan masa pubertas yang digunakan untuk menyatakan perubahan biologis baik bentuk maupun fisiologis yang terjadi dengan cepat dari masa anak anak kemasa dewasa. Secara psikologis remaja adalah usia dimana individu menjadi terintegrasi didalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa dibawah lebih tua melainkan merasa sama atau sejajar (Kusmiran, 2011).

Remaja digolongkan menjadi 3 yaitu : remaja awal (12-15 tahun) remaja pertengahan (15-18 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun). Oleh karena itu, masa remaja adalah masa yang lebih banyak membutuhkan energi dan membutuhkan nutrisi dua kali lipat pada masa pertumbuhan daripada tahun-tahun yang lain. Usia remaja dibagi menjadi dua periode, yaitu periode masa puber pada usia 12-18 tahun yang terdiri atas masa prapubertas, masa pubertas usia 14-16 tahun, dan masa akhir pubertas usia 17-18 tahun dan periode remaja adoleses pada usia 19-21 tahun (Kumalasari, 2012).

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia bersamaan dengan menstruasi yang akan mengeluarkan zat besi yang diperlukan berumur 5-14 tahun, remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19-45 tahun sebesar 39,5% wanita mempunyai resiko anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Angelina, Siregar & Anggeria, 2020).

Anemia defisiensi besi merupakan anemia yang paling sering terjadi pada remaja, karena kebutuhan zat besi yang tinggi untuk pertumbuhan gejala anemia biasanya sering mengalami pusing, cepat merasa lelah, tidak bertenaga

atau bergairah dalam beraktivitas. Ketidak seimbangan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja putri. Remaja putri biasanya sangat memperhartikan bentuk tubuh, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makanan dan banyak pantangan terhadap makanan (Egziabher & Edwards, 2017).

Remaja putri yang mengalami anemia berisiko 1,875 kali lipat memperoleh prestasi belajar lebih rendah dibandingkan remaja putri yang tidak mengalami anemia (Meylani & Alexander, 2019). Remaja memiliki resiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia gizi besi. Hal ini terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Remaja putri memiliki resiko yang tinggi dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami haid (menstruasi) (Almatsier, 2011).

Menurut World Health Organization (WHO), angka kejadian anemia pada remaja putri di Negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri (WHO, 2018). Di Indonesia berdasarkan Riskesdas (2018) berdasarkan jenis kelamin yaitu pada laki-laki sebesar 20,35%, sedangkan perempuan sebesar 27,2%. Untuk prevalensi anemia pada usia 5-14 tahun sebesar 26,8% dan usia 15-24 tahun sebesar 32,0%. Data Riskesdas (2018), menunjukkan Provinsi Lampung menduduki peringkat pertama di wilayah Sumatera dengan prevalensi anemia tertinggi sebesar 63% dan 24,3% diantaranya dialami oleh remaja putri (10-19 tahun).

Berdasarkan hasil data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2014 menyatakan bahwa prevalensi anemia defesiensi pada balita 40,5%, ibu hamil 50,5%, ibu nifas 45,1%, remaja putri 10-18 tahun 57,13%, dan usia 19-45 tahun 39,5%. Dan prevalensi anemia tahun 2021 pada wanita usia produktif dengan rentang usia 15-49 tahun menurut WHO secara global adalah sebesar 29.9% (WHO, 2021).

Angka kejadian anemia yang tinggi pada remaja putri memiliki efek buruk pada masa depan mereka karena jika anemia tidak ditangani dengan benar maka bisa bertahan hingga dewasa dan juga menyebabkan kematian ibu selama kehamilan, bayi prematur dan bayi berat lahir rendah (Estri & Cahyaningtyas, 2021).

Efek anemia muncul selama periode pertumbuhan akan menyebabkan menurunnya produktivitas kerja, penurunan kemampuan belajar, ketahanan fisik menurun, kesehatan reproduksi menurun, sering pusing, pingsan, pucat. Penyebab utama anemia pada wanita adalah kehilangan darah menstruasi dan kekurangan gizi dalam pembentukan darah, seperti zat besi, protein, asam folat dan B12, karena ketika wanita mengalami menstruasi maka terjadilah pembuangan zat besi, yang membuat wanita muda lebih rentan terkena anemia (Estri & Cahyaningtyas, 2021).

Remaja putri mempunyai kesibukan yang tinggi dalam kegiatan sekolah, organisasi, atau perkuliahan sebagai akibatnya bisa menyebabkan ketidak teraturan pola makan. Remaja putri lebih seringkali mengkonsumsi makanan yg bisa menghambat penyerapan zat besi, sebagai akibatnya mempengaruhi kadar Hb pada tubuh. Ketidak seimbangan asupan gizi juga dapat menjadi penyebab kurang darah diremaja, misalnya dengan melakukan program diet dengan membatasi makan dan banyak sekali pantangan, karena itu asupan makanpun berkurang maka cadangan zat besi pada tubuh menjadi pundi bongkar, hal ini bisa meningkatkan kecepatan terjadinya anemia (Estri & Cahyaningtyas, 2021).

SMA Swadhipa adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SMA di Bumisari, Kec. Natar Kab. Lampung Selatan, Provinsi Lampung. Berdasarkan hasil observasi lapangan dengan mewawancarai beberapa siswi kelas XI dan menggunakan lembar kuisioner tentang anemia sebanyak 20 orang dan dari hasil wawancara, diantara mereka sebanyak 50% masih belum mengetahui apa arti dari anemia dan pada saat wawancara pun mereka terlihat lemah, letih dan lesu, kemudian setelah mewawancarai salah satu guru dari kelas XI menyatakan bahwa banyak yang tidak fokus saat belajar karena terlihat lemas, lesu dan letih.

B. Rumusan Masalah

Remaja memiliki resiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia gizi besi. Hal ini terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Remaja putri memiliki resiko yang tinggi dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami haid (menstruasi). di

Provinsi Lampung berdasarkan data Riskesdas (2018) angka kejadian anemia pada remaja putri adalah 24,3%. Sehingga rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu : “Bagaimana gambaran status anemia pada remaja putri kelas XI di SMA Swadhipa Natar ?”

C. Tujuan Penelitian

1.Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran status anemia pada remaja putri kelas XI di SMA Swadhipa Natar tahun 2023.

2.Tujuan Khusus

a. Diketahui gambaran status anemia pada remaja putri kelas XI di SMA Swadhipa Natar Tahun 2023.
b. Diketahui gambaran pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri kelas XI di SMA Swadhipa Natar Tahun 2023.
c. Diketahui gambaran kebiasaan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri kelas XI di SMA Swadhipa Natar Tahun 2023.
d. Diketahui gambaran pola menstruasi pada remaja putri kelas XI di SMA Swadhipa Natar Tahun 2023.
e. Diketahui gambaran lama menstruasi pada remaja putri kelas XI di SMA Swadhipa Natar Tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi tentang status anemia, pengetahuan, kebiasaan konsumsi TTD, pola dan lama menstruasi memiliki pengaruh terhadap kejadian anemia pada remaja putri.

2. Manfaat Aplikatif

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan pengetahuan tentang faktor dan penyebab dari kejadian anemia pada remaja putri sehingga bisa dijadikan bahan acuan kebijakan program penanggulangan anemia pada remaja putri.

E.Ruang Lingkup

Rancangan penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* untuk melihat gambaran status anemia pada remaja putri. Lokasi penelitian dilaksanakan di SMA Swadhipa Natar. Tujuan yang dilakukan adalah untuk mengetahui gambaran status anemia pada remaja putri dan menjelaskan mengenai anemia pada remaja putri. Variable penelitian ini adalah status anemia, tingkat pengetahuan, kebiasaan konsumsi TTD, pola dan lama menstruasi. Instrumen yang digunakan yaitu kuisioner dan alat ukur Hb.