

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah masalah kesehatan yang penting dan sering ditemukan di berbagai kalangan masyarakat di seluruh dunia, khususnya di negara-negara yang sedang berkembang seperti Indonesia. Penyebab utama dari kondisi ini adalah masalah kesehatan yang berkepanjangan, yang sangat mempengaruhi kesehatan, kondisi ekonomi, dan kesejahteraan sosial. Anemia lebih sering dialami oleh remaja perempuan dibandingkan remaja laki-laki. Ini disebabkan oleh kehilangan zat besi (Fe) selama menstruasi, yang membuat mereka memerlukan lebih banyak asupan zat besi (Fe). Kebiasaan remaja putri yang lebih sering mengonsumsi makanan berbasis nabati berkontribusi pada kurangnya asupan zat besi yang diperlukan setiap hari (Triwinarni, Hartini, dan Susilo, 2017). Di seluruh dunia, sekitar 30% populasi atau sekitar 2,20 miliar orang mengalami anemia, dengan sebagian besar berada di daerah tropis. Angka prevalensi anemia secara global diperkirakan mencapai 51% (Suryani, Hafiani, dan Junita, 2015).

Salah satu masalah gizi yang sering terjadi di seluruh dunia adalah anemia, yang tidak hanya mempengaruhi negara-negara berkembang, tetapi juga negara-negara maju. Diperkirakan sebanyak dua miliar orang menderita anemia, dengan prevalensi tertinggi terjadi di wilayah Asia dan Afrika. Angka kejadian anemia tersebar di berbagai belahan dunia. Badan Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil tertinggi terdapat di Asia Tenggara (75%), diikuti oleh Mediterania Timur (55%), Afrika (50%), serta wilayah Pasifik Barat, Amerika Latin, dan Karibia (40%). Untuk kasus anemia pada anak-anak yang berusia 6 hingga 59 bulan, prevalensi tertinggi terdapat di Asia Tenggara (65%), Mediterania Timur dan Afrika (45%), serta Pasifik Timur, Amerika Latin, dan Karibia (20%). Wilayah atau negara dengan prevalensi lebih dari 10% pada satu atau lebih kelompok yang rentan (seperti ibu hamil, anak usia sekolah, dan remaja) menjadi perhatian khusus.

Berdasarkan klasifikasi masalah kesehatan masyarakat, prevalensi anemia termasuk berat jika terdapat prevalensi $\geq 40\%$, sedang 20-39%, ringan 5- 19,9% dan normal $< 5\%$. Prevalensi anemia di Indonesia berada di kategori sedang, namun dibeberapa daerah (provinsi, kabupaten/ kota) masih terdapat jumlah prevalensi yang termasuk dalam kategori berat (Briawan, 2013).

Survey Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mengungkapkan bahwa tingkat anemia di kalangan remaja berada pada angka 31,8%, terutama pada usia 5-14 tahun. Temuan ini menunjukkan perlunya disiplin lebih dalam penelitian untuk menanggulangi masalah anemia di kalangan remaja, yang merupakan sumber daya penting untuk perkembangan bangsa di masa depan. Provinsi Lampung tercatat sebagai salah satu wilayah dengan angka prevalensi anemia tertinggi di Pulau Sumatera, mencapai 63%. Data juga mengindikasikan bahwa 24,6% dari penderita anemia di daerah ini adalah remaja perempuan. Kabupaten Mesuji memiliki angka kejadian anemia pada remaja tertinggi, yaitu 36,1%, sedangkan Kabupaten Lampung Timur berada di posisi kedua dengan 35,4% (Sari, dkk. , 2021). Di kota Bandar Lampung, prevalensi anemia tercatat sebesar 23,37% (Dinas Kesehatan Kota, 2023).

Status gizi merupakan indikator keberhasilan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bagi siswa dan dapat dilihat dari berat dan tinggi badan mereka. Kebutuhan gizi remaja tergolong tinggi karena mereka masih dalam fase pertumbuhan. Remaja memerlukan kalori, protein, kalsium, zat besi, seng, dan vitamin guna mendukung aktivitas fisik seperti kegiatan di sekolah serta aktivitas sehari-hari. Setiap remaja berharap memiliki tubuh yang sehat agar dapat menjalani aktivitas fisiknya secara optimal. Sumber energi bagi remaja berasal dari makanan, di mana energi yang diperoleh harus mencukupi pengeluaran energi yang terjadi dalam aktivitas sehari-hari (Winarsih, 2018).

Konsumsi makanan di kalangan remaja dapat berdampak positif maupun negatif terhadap status gizinya. Dalam era modern saat ini, adanya kemudahan akses berbagai fasilitas telah membawa perubahan dalam banyak aspek, termasuk pola makan. Kebiasaan konsumsi kini cenderung beralih ke pilihan makanan yang praktis, cepat, dan mudah didapat. Hal ini menyebabkan banyak bermunculan restoran dan kedai yang menawarkan makanan siap saji, yang biasanya dikenal dengan sebutan junk food (Aulia, Makmur, dan Hamid, 2018). Konsumsi junk food di kalangan remaja di Jawa Tengah menunjukkan angka yang cukup tinggi.

Data menunjukkan bahwa remaja berusia 15-19 tahun di Jawa Tengah pada tahun 2018 mengonsumsi makanan instan, makanan manis, dan makanan berlemak masing-masing sebanyak 72,29%, 36,82%, dan 50,67% dengan frekuensi konsumsi 1-6 kali dalam seminggu (Tim Riskesdas, 2018).

Kebiasaan konsumsi junk food, yang berlebihan pada remaja dapat menyebabkan dampak negatif yaitu masalah kesehatan, seperti kegemukan dan diabetes mellitus (Pamelia, 2018). Remaja putri banyak yang tidak mengetahui dan menyadari dirinya terkena anemia bahkan meskipun mereka tahu kalau mereka terkena anemia, masih menganggap anemia adalah masalah yang sepele (Subiyan dan Mudrika, 2017). Remaja putri membutuhkan nutrisi yang lebih tinggi untuk masa pertumbuhan, termasuk zat besi dikarenakan remaja putri lebih rentan anemia factor yang menyebabkan remaja perempuan rentan terhadap anemia adalah menstruasi bulanan. Selain itu factor diet pada remaja mempengaruhi terjadinya anemia. Remaja Wanita yang kurang asupan nutrisi lebih beresiko terkena anemia (Kusuma dan Karni, 2021).

Vitamin C merupakan mikronutrien yang ikut berkontribusi dengan anemia. Berdasarkan hasil penelitian Aritonang & Siagian (2017) terhadap siswa sekolah dasar kelas 5 dan 6 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara vitamin C dengan anemia. Penelitian lain oleh Pibriyanti et al 2020, pada remaja putri di Islamic Boarding School juga menunjukkan hubunganyang signifikan antara asupan vitamin C dengan anemia. Vitamin C berperan dalam membantuproses peyerapan besi (Nurbadriyah, 2019). Hemosiderin yang sukar dimobilisasi dapat dihambat pembentukannya dengan asupan vitamin C sehingga dapat menghindarkan risiko anemia (Yuliani et al., 2021).

Berdasarkan data terakhir yang diperoleh dari Puskesmas terdekat masih ada beberapa siswi dari SMP Kartika II-2 yang terkena anemia dan belum patuh mengonsumsi TTD secara rutin dan juga hanya dibagikan sebulan sekali saat selesai senam dan saya tertarik melakukan penelitian di sekolah tersebut karena lingkungan sekolah yang dikelilingi oleh makanan cepat saji dan agar peneliti bisa melihat kepatuhan dalam mengonsumsi sarapan atau makanan dengan gizi seimbang dengan baik.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana gambaran status anemia dan faktor anemia pada siswi kelas VII dan VIII di SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung Tahun, 2025.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk diketahuinya status anemia dan faktor anemia pada siswi kelas VII dan VIII di SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah:

- a. Diketahui gambaran status gizi (IMT/U) pada remaja putri di SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung Tahun 2025.
- b. Diketahui gambaran status anemia (kadar Hb) pada remaja putri di SMP Kartika II- 2 (Persit) Bandar Lampung Tahun 2025.
- c. Diketahui gambaran pengetahuan pada remaja putri di SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung Tahun 2025.
- d. Diketahui gambaran asupan zat besi (Fe) pada remaja putri di SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung Tahun 2025.
- e. Diketahui gambaran asupan vitamin C pada remaja putri di SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi pengetahuan tentang anemia, status anemia, dan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia terutama di SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung.

2. Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan kepada pihak SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung.

B. Ruang Lingkup

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran status anemia dan faktor yang berhubungan dengan anemia pada remaja putri. Subjek pada penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung. Variabel penelitian ini adalah status anemia, status gizi, pengetahuan, asupan zat besi, dan vitamin C. Penelitiannya ini dilaksanakan pada April 2025.