

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja, yang berlangsung antara usia 10 hingga 19 tahun, merupakan periode transisi penting dengan perubahan fisik dan psikis yang signifikan. Fase ini ditandai dengan pertumbuhan cepat yang meningkatkan kebutuhan nutrisi untuk mendukung perkembangan optimal. Namun, perubahan tersebut sering kali memicu masalah kesehatan, salah satunya anemia, yang menjadi ancaman serius bagi remaja putri (Syabani & Suryaaamsah, 2023). Remaja putri termasuk kelompok rentan karena faktor fisiologis, seperti menstruasi, dan pola makan yang sering tidak seimbang. Anemia didefinisikan sebagai kondisi medis dengan jumlah sel darah merah atau hemoglobin (Hb) di bawah normal, yaitu <12 g/dL untuk remaja putri, yang dapat mengganggu kesehatan dan produktivitas (Adiyani et al., 2020). Prevalensi anemia yang tinggi di kalangan remaja menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap kelompok ini.

Menstruasi meningkatkan risiko anemia pada remaja putri karena kehilangan zat besi yang signifikan, terutama pada siklus dengan volume darah banyak atau durasi panjang (Afiah & Syafriani, 2022). Asupan makanan yang kurang memadai, sering kali akibat pembatasan konsumsi untuk menjaga bentuk tubuh, menyebabkan defisiensi zat besi, vitamin B12, dan asam folat (Nurjannah & Putri, 2021). Data Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi anemia pada remaja 13-18 tahun sebesar 22,7%, dengan angka lebih tinggi di DIY sebesar 36% pada 2021 (Fadila Putri & Risca Fauzia, 2022).

Status gizi memiliki hubungan erat dengan kejadian anemia pada remaja putri karena kekurangan makronutrien dan mikronutrien, seperti zat besi, mengganggu sintesis hemoglobin, memicu anemia defisiensi besi (Pasaina & Dianne, 2019). Remaja dengan IMT rendah sering kekurangan nutrisi, sedangkan remaja dengan IMT berlebih mengonsumsi makanan tinggi karbohidrat dan lemak namun rendah mikronutrien, menghambat penyerapan zat besi (Pasaina & Dianne, 2019). Profil Kesehatan Indonesia (2018) mencatat prevalensi gizi kurang pada

remaja 13-15 tahun sebesar 8,7% dan 16-18 tahun sebesar 8,1%, dengan obesitas masing-masing 11,9% dan 13,5%. Tubuh manusia menyimpan sekitar 4000 mg zat besi, dengan 2500 mg dalam hemoglobin dan 1000 mg sebagai ferritin di hati (Akademi Kebidanan Permata Husada, 2020). Asupan zat besi yang kurang menyebabkan penggunaan cadangan ferritin, berisiko anemia jika cadangan habis.

Pemerintah Indonesia telah mengatasi anemia pada remaja melalui suplementasi tablet penambah darah (60-120 mg/hari) untuk mencegah dampak buruk pada ibu dan bayi (Estri & Cahyaningtyas, 2021). Namun, program serupa untuk remaja putri melalui UKS masih terbatas, meskipun edukasi dan intervensi gizi penting untuk mencegah anemia sejak dini (Janah et al., 2021). Minimnya perhatian pada remaja putri meningkatkan risiko anemia hingga dewasa, padahal status gizi optimal saat remaja mendukung kehidupan sehat dan mempersiapkan mereka sebagai calon ibu yang sehat. Perluasan edukasi dan suplementasi diperlukan untuk menjangkau kelompok ini.

Anemia pada remaja yang tidak ditangani menyebabkan pusing, lemas, sulit berkonsentrasi, menurunkan prestasi akademik dan kualitas hidup, serta meningkatkan risiko kematian ibu, kelahiran prematur, dan bayi berat badan rendah saat dewasa (Wauyo & Daud, 2022). Prevalensi anemia global mencapai 40-88% (WHO, 2015), dengan angka nasional Indonesia 48,9% (Riskesdas, 2018). Di DIY, prevalensi tertinggi di Kulon Progo (73,8%) dan Bantul (54,8%), termasuk kategori tinggi menurut WHO (>40%) (Fadila Putri & Risca Fauzia, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan melalui wawancara terhadap 10 siswa di SMP N 2 Kalibawang di dapat 60% di antaranya pernah mengalami anemia. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh pola makan yang kurang seimbang seperti melakukan diet ketat tanpa memperhatikan asupan gizi, serta kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji (*junk food*) yang rendah kandungan zat besi dan nutrisi penting lainnya. Mereka juga melaporkan frekuensi makan kurang dari tiga kali sehari, sehingga kebutuhan gizi tidak seimbang dan status gizi tidak optimal. Dari 60% tersebut, 40% sering mengeluh pusing dan berkunang-kunang, sedangkan 20% sisanya lainnya meskipun teridentifikasi anemia, memiliki berat badan normal, frekuensi makan baik, status gizi yang

optimal, dan tidak menunjukkan gejala anemia secara fisik. Berdasarkan temuan ini, peneliti tertarik meneliti “Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Kalibawang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumukan sebagai berikut: “Apakah Ada Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Kalibawang?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Kalibawang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan menstruasi, kebiasaan sarapan, makanan favorite, riwayat penyakit asama pada remaja putri di SMP N 2 Kalibawang.
- b. Mengetahui status gizi remaja pada putri di SMP N 2 Kalibawang.
- c. Mengetahui kejadian anemia pada remaja putri di SMP N 2 Kalibawang.
- d. Mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA N 2 Kalibawang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk memberikan informasi yang menarik di perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta sehingga bermanfaat bagi para mahasiswa yang merupakan calon tenaga kesehatan, khususnya untuk para calon bidan yang nantinya akan memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Adanya penelitian ini agar dapat bermanfaat bagi responden yaitu dapat memberikan wawasan dan informasi pada remaja putri di SMP Negeri 2 Kalibawang tentang hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada

remaja. Disamping itu, juga dapat memberikan pengetahuan tentang pentingnya gizi seimbang bagi remaja untuk kebutuhan perkembangan tubuh.

b. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat memberi manfaat berupa info dan wawasan pada remaja mengenai hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja.

c. Bagi Peneliti

Manfaat hasil penelitian bagi peneliti yaitu dapat menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman dalam melaksanakan penelitian serta dapat menambah pengetahuan tentang cara berfikir secara ilmiah

d. Bagi peneliti selanjutnya

Adanya penelitian ini dapat menambah pengetahuan bagi peneliti dan diharapkan dapat dijadikan pengalaman, masukan dan referensi sehingga peneliti dapat menerapkan pengalaman-pengalaman ilmiah yang diperoleh untuk melakukan penelitian yang akan datang.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan & Persamaan
Ridni Husnah, Fitriani, Angellisa Lammabue Panjaitan (2023)	Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja	Hasil penelitian Ridni Husnah, Fitriani, Angellisa Lammabue Panjaitan (2023) Menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pulau Panjang 2023.	Perbedaan : Jumlah sampel, tempat dan waktu penelitian, dan kriteria inklusi berbeda. Persamaan : Sama-sama meneliti hubungan status gizi dengan anemia pada remaja putri, menggunakan desain <i>cross sectional</i> , variabel gizi diukur dengan IMT dan anemia dengan Hb.

Yuni Isnaini Nurazizah, Agung Nugroho, Nor Eka Noviani (2022)	Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja	Hasil penelitian Yuni Isnaini Nurazizah, Agung Nugroho, Nor Eka Noviani (2022) Menunjukkan bahwa berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti adalah terdapat hubungan terhadap status gizi dengan kejadian anemia pada remaja di SMA Negeri 1 Way Tenong, Lampung Barat berdasarkan pada uji <i>Chi-Square</i> dengan <i>p-value</i> sebesar 0,000 ($p < 0,1$).	Perbedaan : Jumlah sampel, tempat dan waktu penelitian, dan teknik sampling berbeda. Persamaan: yaitu meneliti remaja putri, variabel dan metode sama (status gizi dengan anemia, uji <i>Chi-Square</i>).
(Rahmawati & Fauziah, 2023)	Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Jalan Ery Suparjan Kelurahan Sempaja Utara Kota Samarinda	Analisis secara bivariat dengan menggunakan uji statistic <i>Chi-square test</i> . Diperoleh nilai <i>p-value</i> $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Jalan Ery Suparjan Kelurahan Sempaja Utara Kota Samarinda.	Perbedaan: Jumlah sampel, tempat, waktu penelitian dan pendekatan yang berbeda. Perbedaan: Sama-sama fokus pada status gizi dan anemia, responden remaja putri, metode <i>cross sectional</i> , analisis <i>Chi-Square</i> .