

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan remaja putri memegang peranan penting dalam upaya membangun kualitas sumber daya manusia di masa depan. Pada fase remaja, khususnya remaja putri, tubuh mengalami berbagai perubahan fisik dan hormonal yang membuat mereka lebih rentan terhadap gangguan kesehatan. Salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja putri, adalah anemia. Dan anemia hingga kini masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di berbagai negara, termasuk Indonesia. Selain faktor asupan zat besi yang kurang, status gizi juga berperan besar dalam timbulnya anemia. Remaja putri rentan mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK), yang dapat diidentifikasi melalui pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA). Nilai LILA yang rendah menunjukkan adanya risiko KEK, yang berdampak pada penurunan massa otot, cadangan lemak, hingga kadar hemoglobin dalam darah (Irma Yunawati et al., 2025).

Menurut World Health Organization (WHO) prevalensi anemia pada perempuan usia 15-49 tahun pada tahun 2023 sebesar 30,7%. Kondisi ini juga tercermin di Indonesia. Berdasarkan survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja usia 15–24 tahun adalah 15,5%. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, remaja putri lebih rentan dengan angka 18,0%, dibandingkan remaja putra sebesar 14,4% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Kemenkes RI], 2023). Di Provinsi Jawa Timur, prevalensi anemia pada

remaja putri termasuk kategori tinggi, yaitu 42,1% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2020). Data terbaru dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember (2023) juga mengungkapkan prevalensi anemia pada remaja mencapai 41% dari total sekitar 76 ribu remaja. Tingginya angka ini menandakan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan. Bahkan di Kecamatan Sumbersari merupakan prevalensi anemia menempati urutan kedua tertinggi setelah Kecamatan Tanggul. yaitu sebesar 28,11% pada kelompok remaja putri kelas 7 dengan total 199 kasus yang tercatat pada remaja putri di wilayah tersebut. Menurut data dari puskesmas sumbersari 2025. SMPN 14 ini merupakan sekolah dengan angka kejadian anemia tertinggi yaitu sebesar 68% dengan total 52 siswi yang menderita anemia.

Berdasarkan studi pendahuluan di SMPN 14 Jember pada awal bulan November tahun 2025. Pada 10 remaja putri menunjukkan 5 remaja putri (50%) mengalami KEK jika diukur berdasarkan LILA. Dan 3 remaja putri (30%) diketahui memiliki kadar hemoglobin rendah atau mengalami anaemia.

Tingginya kejadian anemia pada remaja putri disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Secara fisiologis, menstruasi menyebabkan kehilangan zat besi setiap bulan sehingga meningkatkan kebutuhan zat besi. Kondisi ini diperburuk oleh pola konsumsi yang tidak seimbang, rendahnya asupan zat besi dan protein, kebiasaan melewatkan waktu makan, serta praktik diet yang tidak sehat. Faktor-faktor tersebut berkontribusi terhadap terjadinya Kekurangan Energi Kronis (KEK), yang tercermin dari ukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) yang rendah, sehingga menghambat proses pembentukan hemoglobin dan meningkatkan risiko anemia

pada remaja putri. Lingkar lengan atas (LILA) merupakan salah satu alat yang digunakan untuk mengukur dan menggambarkan kondisi gizi individu. Pengukuran ini mencerminkan proporsi jaringan otot serta lemak subkutan pada lengan bagian atas, yang berperan sebagai indikator cadangan energi dan protein tubuh. Nilai LILA yang rendah menunjukkan berkurangnya massa otot dan cadangan energi, sehingga dapat menghambat proses sintesis hemoglobin akibat keterbatasan zat gizi yang diperlukan untuk pembentukan sel darah merah (Fauziah et al., 2024).

Anemia pada remaja putri dapat berdampak negatif terhadap pertumbuhan, perkembangan, konsentrasi belajar, dan produktivitas. Selain itu, anemia juga meningkatkan risiko komplikasi saat kehamilan di masa mendatang, mengingat remaja putri merupakan calon ibu. Salah satu indikator penting dalam mendeteksi anemia adalah kadar hemoglobin dalam darah. Namun, pemeriksaan hemoglobin memerlukan alat khusus dan biaya tertentu, sehingga tidak semua fasilitas kesehatan, khususnya di daerah terpencil, dapat melakukannya secara rutin (Utami, 2019). Sebagai alternatif, pengukuran antropometri seperti Lingkar Lengan Atas (LILA) dapat digunakan untuk menilai status gizi secara sederhana, cepat, dan murah. LILA telah terbukti berkorelasi dengan status hemoglobin (Utami, 2019), dan penelitian menunjukkan bahwa individu dengan ukuran LILA yang lebih kecil cenderung memiliki risiko anemia yang lebih tinggi (Sari, Putri, & Wahyuni, 2020).

Oleh karena itu, remaja putri perlu menjaga status gizinya. Karena remaja putri adalah calon ibu, sehingga mereka memerlukan asupan gizi yang lebih untuk mendukung proses pertumbuhan. Apabila pada periode ini kebutuhan gizi tidak terpenuhi dengan baik, hal ini dapat menyebabkan masalah kurang gizi, yang

nantinya juga akan berdampak kepada anemia yang berhubungan dengan kadar hemoglobin. Salah satu metode untuk mendeteksi kekurangan energi kronis (KEK) adalah dengan mengukur lingkaran lengan atas (LILA). Remaja putri juga perlu untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur sebagai upaya pencegahan anemia akibat defisiensi zat besi, sehingga kadar hemoglobin dapat terjaga dalam batas normal.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Apakah ada hubungan antara lingkaran lengan atas dengan kadar hemoglobin pada remaja putri”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara lingkaran lengan atas dengan kadar hemoglobin pada remaja putri.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi ukuran lingkaran lengan atas pada remaja putri di SMPN 14 Jember
- 2) Mengidentifikasi kadar hemoglobin pada remaja putri di SMPN 14 Jember
- 3) Mengetahui hubungan antara lingkaran lengan atas dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMPN 14 Jember

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan di bidang kebidanan, khususnya dalam pengembangan metode skrining anemia yang sederhana dan aplikatif melalui pengukuran lingkaran atas pada remaja putri. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah bagi studi selanjutnya terkait hubungan indikator antropometri dengan status hemoglobin.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Remaja :

Memberikan informasi dan pemahaman mengenai status gizi remaja melalui makan yang sehat untuk mendapatkan lingkaran atas yang normal dan konsumsi tablet tambah darah secara rutin untuk mendapatkan kadar Hb yang normal.

2) Bagi Penulis :

Menambah wawasan, keterampilan, dan pengalaman dalam melaksanakan penelitian ilmiah, yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja berdasarkan status gizi dengan pengukuran lingkaran atas

3) Bagi Peneliti Selanjutnya :

Penelitian ini memberikan wawasan mengenai hubungan antara kadar hb berdasarkan lingkaran atas yang dapat menjadi landasan untuk peneliti selanjutnya dalam mengembangkan studi lebih lanjut

mengenai bagaimana pengukuran lingkaran lengan dapat digunakan untuk memantau kesehatan dan mencegah anemia.

4) Bagi Pelayanan Kesehatan :

Penelitian ini memberikan manfaat substansial bagi pelayanan kesehatan dengan menekankan pentingnya lingkaran lengan atas sebagai indikator awal status gizi yang dapat dihubungkan dengan kadar hemoglobin (Hb) pada remaja putri. Dengan demikian, pelayanan kesehatan dapat menggunakan pengukuran lingkaran lengan atas untuk secara proaktif mengidentifikasi individu yang berisiko mengalami anemia.