

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan, terutama pada remaja putri sebagai kelompok yang rentan. Pada fase remaja terjadi fase pertumbuhan yang meningkat pesat sehingga kebutuhan akan zat gizi terutama zat besi juga meningkat dimana kondisi ini diperparah dengan kehilangan darah secara fisiologis melalui menstruasi. Kondisi anemia pada remaja putri tidak hanya berdampak pada keluhan jangka pendek seperti kelelahan dan penurunan konsentrasi belajar, namun juga berimplikasi jangka panjang terhadap kesehatan reproduksi dan produktifitas generasi di masa mendatang. Oleh karena itu, anemia pada remaja putri perlu dipahami tidak semata sebagai masalah klinis, melainkan sebagai indikator kualitas kesehatan pada generasi penerus.

Secara global, anemia pada perempuan usia produktif masih menunjukkan prevalensi yang tinggi, data WHO (2025a) menunjukkan bahwa pada tahun 2023 sekitar 30,7% perempuan usia 15-49 tahun mengalami anemia, dengan kawasan Afrika dan Asia Tenggara menyumbang lebih dari 60% beban global. Survei Kesehatan Indonesia (2023) melaporkan bahwa prevalensi anemia pada perempuan kelompok usia 15-24 tahun mencapai 15,5%. Data tingkat provinsi menunjukkan bahwa Jawa Timur masih menghadapi masalah anemia remaja yang cukup besar, dengan remaja

putri yang mengalami anemia mencapai 42% pada tahun 2024 (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2024).

Sepanjang tahun 2025 Dinas Kesehatan Jember telah mencatat bahwa setidaknya terdapat sebanyak 2.220 (13.05%) remaja putri kelas 10 SMA/MA/SMK sederajat mengalami anemia termasuk anemia berat. Skrining anemia yang dilakukan oleh Puskesmas Summersari ditemukan bahwa sebanyak 156 (19.72%) siswi yang melakukan skrining mengalami anemia dan diantaranya terdapat 86 (55,1%) siswi kelas 10 di SMAN 2 Jember yang mengalami anemia dan 3 diantaranya mengalami anemia berat ($Hb < 8\text{gr/dL}$).

Berdasarkan pengamatan serta studi pendahuluan yang dilakukan pada siswi di SMAN 2 Jember, diperoleh gambaran perilaku kesehatan siswi dalam pola konsumsi makanan bergizi, lingkungan sekolah dan gaya hidup modern cenderung telah membentuk pola kebiasaan yang tidak sehat, siswi cenderung lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji (*junkfood*) yang tinggi kalori namun rendah mikronutrien seperti makanan olahan tepung, minuman berpemanis dan camilan instan. Selain itu, dalam kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) juga masih rendah, siswi menyatakan tidak rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang dibagikan oleh pihak sekolah dengan alasan yang paling sering muncul antara lain aroma dari tablet tambah darah yang tidak disukai, efek samping seperti mual dan faktor internal dari siswi seperti lupa.

Temuan ini sejalan dengan kajian Sulistiyanti & Wardani, (2023) yang mengkaji mengenai hubungan pengetahuan tentang gizi seimbang dengan kejadian anemia pada remaja putri dimana kajian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan kejadian anemia pada remaja putri, dimana siswi dengan pengetahuan gizi yang rendah memiliki resiko lebih tinggi mengalami anemia. Hal serupa juga ditunjukkan oleh Ristanti et al., (2023) bahwa motivasi dan dukungan lingkungan berpengaruh terhadap kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD). Dimana perilaku pencegahan anemia tidak hanya dipengaruhi oleh faktor pengetahuan namun juga oleh motivasi berkelanjutan serta dukungan dari guru, teman sebaya dan tenaga kesehatan.

Sungkar et al., (2022) menyatakan bahwa terjadinya anemia selain faktor dari kurangnya konsumsi makanan bergizi, komitmen pemerintah untuk mengurangi anemia, dan ketersediaan layanan kesehatan, motivasi dari individu itu sendiri juga dapat berpengaruh dalam terjadinya anemia terutama pada remaja putri. Maka dari itu dibutuhkan motivasi sebagai dorongan internal yang menjadi penentu tindakan nyata dalam pencegahan anemia. Motivasi pencegahan anemia didefinisikan sebagai dorongan (internal dan eksternal) untuk melakukan tindakan, dapat diindikasikan melalui niat untuk memilih asupan gizi seimbang, niat untuk patuh mengkonsumsi tablet tambah darah dan memiliki keyakinan diri dalam menjalankan pola hidup sehat. Sejalan dengan hasil kajian yang dilakukan Setyaningsih & Jumiatus, (2025) bahwa motivasi remaja putri dalam pencegahan anemia yang meliputi

kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, pemenuhan gizi seimbang serta pemeriksaan Hb dipengaruhi oleh faktor internal sebagai rasa kebutuhan untuk mencegah terjadinya anemia dan faktor eksternal yang berasal dukungan dan dorongan baik dari orang tua, guru, tenaga kesehatan maupun informasi dari sosial media.

Pemerintah dengan berbagai upaya telah membuat program kesehatan untuk mengurangi kejadian anemia pada remaja putri, seperti dengan strategi edukasi gizi penyuluhan di sekolah-sekolah, dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin melalui Unit Kesehatan Sekolah (UKS) (Simangunsong & Puspitasari, 2024). Pemerintah Kabupaten Jember sendiri juga telah memiliki program seperti posyandu remaja dan rutin melakukan penyuluhan mengenai kesehatan terutama mengenai kesehatan reproduksi pada remaja untuk meningkatkan kualitas generasi di masa depan. Meskipun demikian tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) masih tergolong rendah meskipun tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia sudah cukup baik (Damayanti et al., 2025) dimana hal tersebut menunjukkan kesenjangan antara domain kognitif dan domain motivasi, sehingga kejadian anemia pada remaja putri masih tergolong tinggi.

Banyak penelitian yang menghubungkan pengetahuan mengenai gizi seimbang dengan pencegahan anemia pada remaja putri, namun sangat sedikit studi yang secara spesifik menguji bagaimana tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang dapat memengaruhi motivasi remaja putri untuk melakukan

tindakan preventif yaitu pencegahan anemia. Fenomena rendahnya kepatuhan konsumsi tablet tambah darah meskipun dengan pengetahuan mengenai anemia sudah baik jelas menyoroti adanya kesenjangan motivasi pencegahan anemia yang masih belum terjelaskan. Pemilihan lokasi penelitian ini juga menjadikan penelitian ini mendesak karena SMAN 2 Jember yang berlokasi di Kecamatan Sumbersari yang merupakan Kecamatan yang berada di wilayah perkotaan yang memiliki akses mudah terhadap informasi dan fasilitas kesehatan namun merupakan Kecamatan dengan jumlah remaja putri mengalami anemia tertinggi di Kabupaten Jember, hal ini dapat mengindikasikan bahwa faktor internalisasi perilaku (motivasi) mungkin menjadi penghambat utama, bukan hanya mengenai ketersediaan informasi.

Berdasarkan uraian tersebut, Penelitian ini berupaya untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang dengan motivasi pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 2 Jember. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dari pencangan intervensi yang lebih tepat sasaran untuk meningkatkan motivasi dan perilaku pencegahan anemia terutama di lingkungan sekolah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang, peneliti mendapatkan rumusan masalah yaitu Apakah terdapat hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan motivasi pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 2 Jember?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi seimbang dengan motivasi pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 2 Jember

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi pengetahuan gizi seimbang pada remaja putri di SMAN 2 Jember
- 2) Mengidentifikasi motivasi pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 2 Jember
- 3) Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi seimbang dengan motivasi pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 2 Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi dalam pengembangan ilmu kebidanan dan perilaku kesehatan dengan memperkuat pemahaman mengenai hubungan pengetahuan gizi seimbang dan motivasi pencegahan anemia pada remaja putri. Dengan demikian penelitian ini dapat menjadi dasar teoritis untuk pengembangan intervensi promotif di bidang kesehatan remaja.

1.4.2 Manfaat praktis

1) Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini memberikan pengalaman empiris dalam mengaplikasikan teori kesehatan dan dapat menjadi rujukan untuk penelitian lanjutan terkait determinan motivasi dan perilaku pencegahan anemia pada remaja.

2) Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi institusi untuk menilai kebutuhan siswi terkait edukasi gizi dan merancang kegiatan pembelajaran yang lebih efektif dalam mendukung pencegahan anemia. Serta penelitian ini dapat menjadi rujukan untuk pengembangan bahan ajar atau integrasi pada mata kuliah terkait seperti promosi kesehatan, gizi reproduksi, asuhan kebidanan pada remaja, pranikah dan prakonsepsi, dan asuhan kebidanan komunitas

3) Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar penyusunan strategi penyuluhan dan intervensi mengenai pencegahan anemia berbasis peningkatan motivasi remaja sehingga program seperti pemberian tablet tambah darah, posyandu remaja dan penyuluhan gizi dapat lebih tepat sasaran.

4) Bagi Peneliti lain

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi empiris untuk mengembangkan studi lanjutan mengenai pengetahuan gizi seimbang, motivasi kesehatan ataupun intervensi berbasis teori dalam pencegahan anemia pada remaja putri.