

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak terjadi diseluruh dunia, kelompok yang sering terjadi anemia adalah remaja putri dan ibu hamil. Anemia adalah suatu kondisi ketika kadar hemoglobin berada di bawah nilai normal. Batasan kadar hemoglobin untuk menentukan anemia adalah ibu hamil kurang dari 11 g/dL, anak usia 12-14 tahun serta perempuan tidak hamil (usia ≥ 15 tahun) kurang dari 12 g/dL (Kemenkes, 2023). Kondisi ini menyebabkan kemampuan darah dalam mengikat serta mendistribusikan oksigen dari paru-paru ke seluruh jaringan tubuh menjadi tidak optimal (Maharani, 2020).

Berdasarkan data dari WHO, prevalensi anemia pada remaja di tingkat global berkisar antara 40-88% dari total sekitar 1,2 miliar populasi remaja. Di negara berkembang, angka kejadian anemia pada remaja putri mencapai sekitar 53,7% dari keseluruhan remaja putri. Selain itu, prevalensi anemia pada wanita usia produktif (15-49 tahun) secara global tercatat sebesar 29,9% (Sihombing Yulandari et al., 2023). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 pada kelompok usia 15-24 tahun anemia tercatat sebesar 32% dengan proporsi anemia pada remaja putri 27,2% dan pada remaja laki-laki sebesar 20,3%. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun sebesar 15,5% dengan prevalensi remaja putri mencapai 18% dan pada remaja laki-laki sebesar 14,4% (Kemenkes, 2023).

Anemia pada remaja putri menimbulkan berbagai dampak antara lain, menurunnya daya tahan tubuh, kebugaran fisik, dan konsentrasi. Anemia sering kali tidak menimbulkan gejala yang langsung dirasakan karena tubuh masih beradaptasi terhadap penurunan kadar zat besi. Namun, kondisi ini menyebabkan cadangan zat besi dalam tubuh terus berkurang dan dapat mengakibatkan anemia menjadi semakin parah (Kemenkes, 2023). Jika anemia tidak segera ditangani dapat berlanjut hingga pada masa kehamilan, dan meningkatkan risiko komplikasi pada kehamilan, melahirkan bayi dengan

berat badan lahir rendah (BBLR), prematur, serta meningkatkan risiko stunting, angka kematian ibu (AKI), dan angka kematian bayi (AKB) (Kemenkes, 2023). Anemia pada remaja putri disebabkan oleh 2 penyebab, yaitu penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung antara lain, kurangnya asupan zat gizi (zat besi, protein, asam folat, dan vitamin B12), kehilangan banyak darah setiap bulan melalui menstruasi, dan pola diet untuk menurunkan berat badan yang ekstrem. Penyebab tidak langsung yaitu status sosial ekonomi yang rendah, tingkat pendidikan orang tua, serta rendahnya pengetahuan tentang anemia (Kemenkes, 2023).

Rendahnya tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia dapat meningkatkan risiko terjadinya perilaku makan yang tidak sehat, sehingga remaja putri rentan mengalami anemia. Hasil penelitian tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia pada siswi kelas XI dan XII di SMA Negeri 1 Marga sebagian besar berada pada kategori baik, yaitu sebesar 88,3% dengan 121 responden, sedangkan yang memiliki pengetahuan cukup sebesar 11,7% dengan 16 responden (Subratha et al., 2020).

Upaya penanggulangan dan pencegahan anemia yaitu melalui pemberian tablet tambah darah (Fe), konsumsi makan bergizi seimbang, fortifikasi pangan, serta pengendalian penyakit infeksi. Menurut data Riskesdas tahun 2018, tingkat konsumsi TTD sesuai standart pada remaja putri masih sangat rendah yaitu sebesar 1,4%. Menurut laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 tingkat konsumsi TTD remaja putri masih tergolong rendah sebesar 3%. Rendahnya konsumsi TTD pada remaja putri disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain rasa dan bau TTD yang kurang disukai, lupa mengonsumsi, anggapan bahwa TTD tidak memberikan manfaat, serta munculnya efek samping setelah mengonsumsi (Kemenkes, 2023).

Edukasi gizi memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif remaja putri terhadap pencegahan anemia. Dengan meningkatkan pengetahuan dan sikap, diharapkan remaja putri mampu menerapkan perilaku gizi seimbang serta kepatuhan dalam konsumsi TTD.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana tingkat pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri terhadap pencegahan anemia.

2. Tujuan Khusus

Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia sebelum dan sesudah penyuluhan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang kesehatan, khususnya mengenai anemia remaja putri serta peran penyuluhan kesehatan dalam upaya pencegahan anemia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman dan meningkatkan kemampuan peneliti dan menambah wawasan tentang pencegahan anemia pada remaja putri.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan rujukan dan referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian terkait penyuluhan anemia pada remaja putri dengan metode dan variabel yang lebih luas.