

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja adalah salah satu kelompok yang rawan terhadap masalah gizi salah satunya adalah defisiensi zat besi, terutama yang berstatus sosiasal-ekonomi rendah (Fajriyah et al., 2016). Remaja yang berada pada masa pencarian jati diri cenderung mudah terpengaruh oleh perkembangan modernisasi dan teknologi digital. Kemudahan akses informasi melalui media sosial dan internet dapat memengaruhi perilaku serta pola hidup remaja, termasuk dalam pemenuhan gizi. Akibatnya, pengetahuan gizi yang baik sering kali diabaikan karena remaja lebih tertarik pada gaya hidup praktis dan konsumsi makanan cepat saji (Pamilasari et al., 2022). Hal tersebut akan berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan zat gizi khususnya zat besi yang akan berdampak pada terjadinya anemia. Anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar hemoglobin dan eritrosit yang lebih rendah dari normal (WHO, 2021). Anemia gizi besi pada remaja putri beresiko lebih tinggi karena menyebabkan seseorang mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena masalah kesehatan (Indrawatiningsih et al., 2021). Anemia pada remaja putri apabila terjadi dalam jangka panjang dapat menyebabkan gangguan konsentrasi belajar, penurunan prestasi akademik, menurunnya produktivitas, mudah mengalami kelelahan, gangguan pertumbuhan dan perkembangan, serta meningkatkan risiko komplikasi pada kehamilan di masa mendatang seperti perdarahan, bayi berat lahir rendah, dan stunting (WHO, 2023). Berdasarkan hasil penelitian Nurbaiti N (2019) di SMA Negeri 4 Kota Jambi menunjukkan sebanyak 82% remaja putri kurang terpapar informasi tentang anemia hingga kurang paham

dalam mencegah atau menanggulangi anemia, sedangkan 2,7% remaja putri sudah terpapar informasi tentang anemia dan mampu dalam mencegah atau menanggulangi anemia (Damayanti et al., 2021). Sementara itu, pengukuran kadar Hb yang dilakukan pada remaja putri di SMAN 1 Trenggalek pada tahun 2023 remaja yang mengalami anemia sejumlah 30% (Nadila, 2024).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) 2018, kejadian anemia pada remaja putri sering terjadi di negara berkembang dengan prevalensi sekitar 53,7 %. Prevalensi anemia pada remaja putri yang tertinggi terdapat di India dengan 78,75% (Primantika & Erika Dewi Noorratri, 2023). Di Indonesia, sekitar 32% remaja berusia 15-24 tahun mengalami anemia (Kemenkes, 2024). Sementara itu, berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur pada tahun 2020, prevalensi anemia di kalangan remaja putri di Jawa Timur mencapai 42% (Primantika & Erika Dewi Noorratri, 2023). Menurut Kepala Dinas Kesehatan Pengendalian Penduduk dan KB Kabupaten Trenggalek menunjukkan bahwa data Kesehatan warga Trenggalek masih terbilang tinggi, dimana angka penderita anemia pada remaja putri tercatat mencapai 27% (AntaraJatim, 2018).

Salah satu faktor utama terjadinya anemia pada remaja adalah pola makan yang kurang bergizi serta beberapa faktor tidak langsung seperti pengetahuan dan kesadaran yang rendah (Indrawatiningsih et al., 2021). Kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda-tanda, dampak dan pencegahannya mengakibatkan remaja mengonsumsi makanan yang kandungan zat besinya sedikit sehingga asupan zat besi yang dibutuhkan remaja tidak terpenuhi (Damayanti et al., 2021). Faktor – faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri tentang anemia adalah umur, informasi baik formal maupun informal. Semakin sering seseorang diberikan

informasi akan terjadi perubahan perilaku yang bersifat tetap (Damayanti et al., 2021). Karena kurangnya kesadaran dan ketidakmampuan untuk memantau anemia secara efektif remaja putri yang berpengetahuan kurang menjadi lebih sering terkena anemia (Nurhafni, 2022). Remaja dengan anemia ditandai dengan mengalami kelelahan, kesehatan reproduksi yang buruk, perkembangan motorik dan mental yang tertunda, ketidakmampuan untuk mencapai tinggi badan dan penurunan produktivitas kerja (Nurhafni, 2022). Remaja perempuan yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur memiliki risiko 6,56 kali lebih besar untuk mengalami anemia jika dibandingkan dengan remaja perempuan yang memiliki siklus menstruasi normal. Hal ini terjadi karena pola menstruasi dapat mempengaruhi pengeluaran darah dan kadar zat besi dalam tubuh. Oleh karena itu, disarankan agar perempuan yang mengalami menstruasi mengonsumsi suplemen besi setiap hari guna mencegah terjadinya anemia (Herlinadiyaningsih & Susilo, 2019). Dampak anemia pada remaja putri juga terbawa hingga dewasa dan mempengaruhi kehamilan mereka, yang menyebabkan peningkatan risiko retardasi pertumbuhan janin (IUGR), kelahiran prematuritas dan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), serta kemungkinan anak akan mengalami stunting. Ancaman perdarahan saat persalinan juga disebabkan oleh anemia atau iskemia. Selain itu, bayi yang lahir dari ibu yang anemia lahir dengan kadar zat besi (Fe) yang rendah dan mungkin tetap menderita anemia sejak usia dini (Nurhafni, 2022).

Upaya meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia sangat penting untuk dilakukan karena dapat menentukan kualitas sumber daya manusia pada generasi berikutnya. Remaja putri yang sehat dan tidak menderita anemia

dapat berkembang menjadi calon ibu yang sehat (Setyowati, 2021). Oleh karena itu, pemerintah terus melakukan upaya pencegahan anemia melalui pemberian edukasi kesehatan dan program Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri. Program ini dilakukan dengan pemberian 1 tablet TTD setiap minggu selama 52 minggu dalam satu tahun melalui sekolah dan fasilitas kesehatan untuk mencegah anemia pada remaja putri (Kemenkes RI, 2026). Hal ini mengacu pada Surat Edaran Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Nomor 03 tahun 2016 mengenai Pemberian TTD, yang menyatakan bahwa penyerahan TTD untuk remaja perempuan dilakukan di UKS/M institusi Pendidikan (SMP, SMA/ sederajat) dengan menetapkan hari khusus untuk minum bersama (Kemenkes RI, 2016). Pemberian tablet Fe dikonsumsi oleh kalangan remaja terutama bagi remaja yang mengalami anemia karena itu akan menjadi pencegahan dini agar anemia tidak berlangsung ke masa dewasa nanti. Selain mengonsumsi makanan kaya zat besi termasuk ikan, jambu biji, jeruk, atau buah-buahan dan sayuran lain yang juga tinggi vitamin C. Remaja juga harus menjauhi makanan seperti kafein, tanin, fitat, dan oksalat yang ditemukan dalam teh, kedelai, dan produk kopi karena mencegah tubuh menyerap zat (Nurhafni, 2022). Berdasarkan uraian latar belakang diatas penulis akan melakukan penelitian dengan judul “ Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Usia 16-19 Tahun di SMAN 1 Trenggalek”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka dirumuskan masalah sebagai berikut: “Bagaimana Pengetahuan Remaja Putri Usia 16-19 Tahun di SMAN 1 Trenggalek ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri usia 16-19 tahun tentang anemia di SMAN 1 Trenggalek.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik responden remaja putri usia 16-19 tahun tentang anemia di SMAN 1 Trenggalek.
2. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan dalam ranah tahu (C1) remaja putri usia 16–19 tahun tentang anemia di SMAN 1 Trenggalek.
3. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan dalam ranah memahami (C2) remaja putri usia 16-19 tahun tentang anemia di SMAN 1 Trenggalek.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan penambahan referensi dalam mengedukasi tentang anemia pada remaja putri.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Institusi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan data remaja putri yang mengalami suspek anemia dapat dijadikan bahan untuk memberikan edukasi tentang anemia di SMAN 1 Trenggalek.

2) Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan motivasi petugas kesehatan untuk lebih giat melakukan penyuluhan tentang anemia pada remaja dapat mengetahui , menghindari atau mencegah.

3) Bagi Peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan pengetahuan dan wawasan mengenai pengetahuan remaja putri tentang anemia.

4) Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri dalam mencegah terjadinya anemia.

5) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan sumber informasi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian terkait anemia pada remaja putri.