

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja putri secara fisiologis berada pada fase transisi yang kompleks, ditandai dengan peningkatan kebutuhan zat gizi esensial, termasuk zat besi, sebagai akibat dari pertumbuhan cepat dan timbulnya menstruasi (Ardiyanti et al., 2021). Kehilangan darah yang terjadi secara siklik dalam proses menstruasi, apabila tidak diimbangi oleh asupan zat besi yang adekuat, menjadi pemicu utama berkembangnya anemia defisiensi besi. Secara epidemiologis, kondisi ini bukan hanya konsekuensi biologis semata, tetapi juga mencerminkan ketimpangan akses terhadap informasi gizi, pola konsumsi yang tidak sehat, serta lemahnya sistem edukasi kesehatan reproduksi remaja (Fernandez-Jimenez et al., 2020). Selain itu, pada masa remaja, kebutuhan zat besi meningkat seiring dengan pertumbuhan tubuh dan aktivitas fisik yang tinggi. Kombinasi dari faktor-faktor ini menjadikan remaja putri sangat rawan mengalami anemia defisiensi besi, yaitu kondisi ketika tubuh kekurangan sel darah merah sehat akibat rendahnya kadar zat besi.

Anemia yang terjadi pada remaja putri tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik seperti kelelahan, lemas, dan pusing, tetapi juga berpengaruh besar terhadap prestasi belajar, konsentrasi, serta produktivitas di sekolah dan kegiatan sosial lainnya (Fernandez-Jimenez et al., 2020). Bahkan dalam jangka panjang, anemia yang tidak ditangani sejak dini dapat menurunkan daya tahan tubuh, menimbulkan gangguan hormonal, hingga meningkatkan

risiko komplikasi saat kehamilan dan persalinan di masa depan. Oleh karena itu, anemia pada remaja bukan hanya persoalan medis, tetapi juga menyangkut kualitas generasi penerus bangsa yang akan menentukan arah pembangunan ke depan.

Secara global, anemia masih menjadi masalah kesehatan utama. Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, sekitar 30% dari populasi dunia menderita anemia, dan sebagian besar terjadi pada perempuan usia produktif, termasuk remaja. Di Indonesia, masalah ini pun belum tertangani secara optimal. Di Indonesia, masalah anemia remaja putri masih membutuhkan perhatian serius, meskipun terdapat penurunan angka yang signifikan. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023), prevalensi anemia pada remaja perempuan usia 15–24 tahun di Indonesia mencapai 18 %. Hal ini menunjukkan bahwa hampir satu dari lima remaja putri mengalami anemia, sehingga kondisi ini masih menjadi masalah gizi dan kesehatan yang penting untuk diperhatikan.

Provinsi Jawa Barat juga mengalami permasalahan anemia yang serupa. Menurut laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, prevalensi anemia pada remaja putri masih berada di atas ambang batas nasional. Kurangnya kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang, rendahnya konsumsi makanan kaya zat besi, serta masih banyaknya mitos dan stigma terhadap makanan tertentu menjadi faktor utama penyebabnya (Ardiyanti et al., 2021). Kebiasaan buruk remaja seperti mengonsumsi makanan cepat saji, minuman bersoda, serta melewatkhan sarapan juga turut memperburuk kondisi tersebut. Padahal,

remaja seharusnya mendapatkan perhatian khusus dalam hal pemenuhan nutrisi, karena pada fase ini mereka sedang mempersiapkan diri menuju usia dewasa dan masa reproduksi.

Puskesmas Sambongpari juga menghadapi kasus anemia pada sejumlah remaja putri. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil kegiatan UKS dan laporan kesehatan, tercatat terdapat 24 orang remaja putri yang mengalami anemia. Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah anemia masih cukup tinggi di wilayah tersebut. Meskipun pihak puskesmas telah melakukan upaya pencegahan melalui program pemberian tablet Fe secara rutin, namun kepatuhan konsumsi dan pemahaman para remaja terhadap manfaatnya masih rendah. Beberapa remaja putri mengaku enggan mengonsumsi tablet Fe karena merasa mual, takut mengalami perubahan pada berat badan, atau kurang memahami pentingnya pencegahan anemia bagi kesehatan mereka.

Faktor-faktor yang diduga kuat memengaruhi kejadian anemia meliputi tingkat pengetahuan remaja tentang anemia, sikap terhadap kesehatan dan gizi, dukungan sebaya, serta fasilitas kesehatan (Arifianti & Sudiarti, 2023). Pengetahuan yang baik akan mendorong remaja untuk mengonsumsi makanan yang sehat, menghindari pantangan yang tidak berdasar, serta secara sadar mengikuti program kesehatan yang ditawarkan oleh sekolah atau puskesmas (Harahap, 2022).

Penelitian-penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap remaja sangat menentukan perilaku mereka dalam mencegah anemia. Misalnya, penelitian oleh Umami1 & Restanty (2024)

menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan tinggi memiliki kepatuhan yang lebih baik dalam mengonsumsi tablet Fe dibandingkan dengan mereka yang pengetahuannya rendah. Penelitian lainnya juga menyatakan bahwa dukungan sebaya dapat meningkatkan keberhasilan program pencegahan anemia di sekolah (Lutfiasari et al., 2023). Sebagian besar penelitian dilakukan di daerah perkotaan seperti di Wilayah Puskesmas Sambongpari, yang memiliki tantangan sosial dan budaya yang berbeda.

Dengan melihat permasalahan tersebut, menjadi penting untuk mengetahui dan menganalisis faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari. Analisis ini diperlukan agar intervensi yang dilakukan oleh sekolah dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi remaja di daerah tersebut. Pemahaman yang lebih baik terhadap faktor-faktor yang memengaruhi perilaku pencegahan anemia juga akan membantu dalam menyusun strategi program yang lebih efektif dan tepat sasaran.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul: “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari Tahun 2025”. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dan praktis dalam upaya peningkatan kesehatan remaja putri, serta menjadi bahan evaluasi dan perencanaan program kesehatan remaja di tingkat sekolah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apa saja Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari Tahun 2025?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran sikap remaja terhadap kesehatan dan gizi pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari tahun 2025.
- b. Mengetahui gambaran dukungan sebaya terhadap kesehatan dan gizi pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari tahun 2025.
- c. Mengetahui gambaran fasilitas kesehatan pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari tahun 2025.
- d. Mengetahui gambaran pola makan pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari tahun 2025.
- e. Mengetahui gambaran kejadian anemia pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari tahun 2025.
- f. Mengetahui hubungan antara sikap remaja terhadap kesehatan dan gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari tahun 2025.

- g. Mengetahui hubungan antara dukungan sebaya dengan kejadian anemia pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari tahun 2025.
- h. Mengetahui hubungan antara fasilitas kesehatan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari tahun 2025.
- i. Mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

Setelah peneliti melakukan penelitian nanti, diharapkan hasil dari penelitian tersebut dapat memberikan kegunaan sebagai berikut :

1. Aspek Teoritis

Dapat dipakai sebagai sumber data dan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri, serta memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu kebidanan komunitas, khususnya dalam promosi kesehatan remaja dan pencegahan anemia defisiensi besi.

2. Aspek Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan bahan bacaan dan referensi bagi mahasiswa kebidanan maupun tenaga pendidik dalam memahami pentingnya deteksi faktor risiko dan intervensi pencegahan anemia pada remaja putri.

b. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan dan pengalaman secara langsung dalam proses penelitian lapangan, serta menjadi dasar untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berfokus pada upaya promotif dan preventif kesehatan remaja, khususnya pencegahan anemia.

c. Bagi Responden

Dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai pentingnya menerapkan perilaku sehat, termasuk pola makan bergizi, konsumsi suplemen zat besi bila diperlukan, dan mengenali tanda-tanda anemia sejak dini.

d. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam penyusunan program promosi kesehatan remaja, serta dijadikan dasar dalam merancang strategi edukasi atau intervensi yang lebih efektif untuk mencegah anemia pada remaja putri di Wilayah Puskesmas Sambongpari.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1. Keaslian Penelitian

No.	Judul dan Peneliti	Metode Penelitian	Hasil
1.	Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Zat Besi di RW 12 Genengan Mojosongo, Surakarta (Sulistyorini &	Metode kuantitatif dengan desain survei korelasional.	Tidak ditemukan hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku konsumsi tablet zat besi ($p > 0,05$). Meski respons positif, tetapi

	Maesaroh, 2019)	banyak remaja tidak patuh minum suplemen.
2.	Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Kusan Hilir Tahun 2024 (Normalia et al., 2025)	Metode kuantitatif dengan desain survei korelasional. Ditemukan hubungan signifikan: pengetahuan baik dan sikap positif berhubungan dengan kejadian anemia yang lebih rendah ($p = 0,000$). Prevalensi anemia 58,1%.
3.	Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri dalam Mencegah Anemia (Fariktahma dkk., 2025, SMP Negeri 1 Ibun)	Metode kuantitatif dengan desain survei korelasional. Terdapat korelasi positif signifikan antara pengetahuan dan sikap dalam pencegahan anemia ($p = 0,0013$).
4.	Pengaruh Pendidikan Sebaya (Peer Education) terhadap Sikap dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri (Utari et al., 2019)	Metode kuantitatif dengan desain <i>pre eksperiment one group</i> . Pendidikan sebaya secara signifikan meningkatkan sikap dalam pencegahan anemia ($t = -12,730$; $p = 0,001$).
5.	Determinan Anemia Remaja Putri Di Pondok Pesantren Di Indonesia: Literature Review (Arifianti & Sudiarti, 2023)	Metode kualitatif dengan desain <i>Literature Review</i> Dari review literatur, ditemukan variabel signifikan seperti fasilitas kesehatan, dukungan sebaya, pengetahuan, sikap & praktik gizi.
6.	<i>Factors associated with anemia among school-going adolescents aged 10–17 years in Zanzibar, Tanzania: a cross sectional study</i> (Yusufu et al., 2023)	Survei potong lintang pada 2.479 pelajar usia 10–17 tahun dari 42 sekolah; pengukuran konsentrasi hemoglobin, serta pengumpulan data sosiodemografis, kesehatan, frekuensi konsumsi pangan, dan data sanitasi (Maret 7–25, 2022). Analisis Prevalensi anemia 53,3%. Faktor terkait: perempuan memiliki odds anemia lebih tinggi dibanding laki-laki (Adj OR=1,47), kuntil kekayaan tertinggi menurun risikonya (Adj OR=0,7), stunting meningkatkan odds anemia (Adj OR=1,38), dan penggunaan toilet bersama berhubungan dengan odds anemia sedang/berat lebih tinggi

menggunakan uji chi-square dan regresi logistik.	(Adj OR=1,68). Penelitian menekankan kebutuhan intervensi gizi sekaligus intervensi sanitasi.
--	---

Penelitian ini memiliki beberapa persamaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, terutama dalam fokus pada hubungan antara pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap anemia, serta peran pencegahan melalui pemberian tablet zat besi (Fe). Beberapa studi juga meneliti variabel dukungan sebaya dan fasilitas kesehatan sebagai faktor yang berhubungan dengan anemia pada remaja putri.

Namun, terdapat perbedaan penting yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Pertama, lokasi penelitian ini berada di Wilayah Puskesmas Sambongpari, sementara penelitian lain dilakukan di lokasi berbeda seperti Surakarta. Kedua, beberapa penelitian sebelumnya tidak menemukan hubungan signifikan antara variabel yang diteliti dengan kejadian anemia, atau fokusnya lebih kepada intervensi pendidikan daripada analisis faktor-faktor yang berhubungan secara langsung dengan kejadian anemia. Selain itu, ada penelitian yang hanya berupa tinjauan pustaka dan tidak melakukan survei lapangan di satu lokasi tertentu seperti pada penelitian ini. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru dengan menganalisis secara komprehensif hubungan antara pengetahuan, sikap, dukungan sebaya, dan fasilitas kesehatan terhadap kejadian anemia pada remaja putri di lokasi spesifik yang belum banyak diteliti sebelumnya.