

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia menghadapi tiga masalah gizi: kekurangan gizi (*stunting dan wasting*), kelebihan gizi (*overweight dan obesitas*), dan kekurangan mikronutrisi. Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia, dengan prevalensi yang tinggi pada ibu hamil dan remaja putri. Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada usia 5–14 tahun sebesar 26,8 persen dan pada usia 15–24 tahun sebesar 32 persen, yang merupakan kelompok prioritas atau kelompok rawan, menurut Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan dan Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting.

Remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, yang mencakup seluruh perkembangan yang akan dialami sebelum menjadi dewasa (Rosyida, 2019). Remaja dalam masa pertumbuhan membutuhkan lebih banyak nutrisi daripada orang lain di usia mereka, terutama zat besi. Ini disebabkan oleh fakta bahwa mereka berada di fase penting dalam perkembangan mereka sebagai calon ibu, serta pematangan seksual yang terjadi selama masa remaja (Nurjannah & Putri, 2021)

Anemia adalah suatu kondisi tubuh yang ditandai dengan hasil pemeriksaan kadar haemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Menurut WHO, anemia ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 12,0 g/dl pada wanita dan 13,0 g/dl pada pria (Tuturop et al). Hal ini perlu mendapat perhatian khusus karena anemia pada remaja putri akan mempengaruhi kualitas keturunannya apabila remaja itu kelak

hamil. Selain itu, anemia pada ibu hamil merupakan salah satu faktor risiko meningkatnya prevalensi stunting, AKI dan AKB.

Salah satu masalah gizi yang biasa dialami remaja adalah anemia. Kadar hemoglobin dan eritrosit yang lebih rendah daripada normal dikenal sebagai anemia (Kulsum, 2020). Salah satunya, konsumsi makanan sehari-hari yang kurang zat besi, pada dasarnya berdampak langsung pada anemia. Konsumsi makanan biasanya terkait dengan status gizi. Jika makanan yang dikonsumsi memiliki nilai gizi tinggi, maka status gizi juga baik, tetapi jika makanan yang dikonsumsi memiliki nilai gizi rendah, maka akan menyebabkan kekurangan gizi, yang dapat menyebabkan anemia.

Remaja sering digolongkan sebagai kelompok yang selalu sehat dan jauh dari faktor resiko sakit, namun banyak masalah Kesehatan yang diderita oleh remaja karena faktor perilaku yang sebenarnya bisa dicegah. Remaja dihadapkan pada permasalahan yang kompleks terkait dengan perubahan fisik, psikis, dan emosi yang menyebabkan remaja mengalami masalah Kesehatan. Beberapa masalah kesehatan yang sering terjadi adalah gizi dan kesehatan reproduksi. Pencegahan dapat dilakukan jika siswa melakukan deteksi dini masalah gizi dan masalah Kesehatan reproduksi remaja dengan adanya dukungan dari lingkungan rumah dan sekolah (Veftisia et al., 2020).

Remaja perempuan yang menderita anemia mengalami keterlambatan pertumbuhan fisik, masalah perilaku, dan masalah emosional. Remaja putri juga merupakan generasi yang akan mengalami kehamilan, dan anemia pada masa kehamilan dapat menyebabkan keguguran, perdarahan, persalinan premature, gangguan janin, gangguan persalinan, abortus, dan masa nifas. Selain itu, hal ini dapat

menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, konsentrasi yang terganggu, kelelahan, penurunan prestasi belajar, dan rendahnya produktifitas kerja.

Menurut Buku Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS), kekurangan zat gizi adalah salah satu penyebab anemia. Berkurangnya asupan zat besi dalam makanan, baik hewani maupun nabati, bertanggung jawab atas pembentukan haemoglobin, yang merupakan bagian dari sel darah merah atau eritrosit. Asam folat dan vitamin B12 juga merupakan zat gizi lain yang bertanggung jawab atas pembuatan haemoglobin (Kemenkes RI, 2023).

Status gizi seseorang diukur berdasarkan konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi tubuh (Almatsier, 2009). Menurut Marni (2013), status gizi seseorang dapat digambarkan sebagai representasi dari keseimbangan energi yang masuk dan yang dikeluarkan tubuh. Status gizi diklasifikasikan menjadi tiga kategori: status gizi kurang, status gizi baik (atau normal), dan status gizi lebih (Almatsier, 2009). Pola makan yang salah juga menjadi penyebab kebutuhan gizi remaja kurang sehingga status gizi menjadi kurang.

Menurut Supriasa (2012), Seorang remaja dapat melakukan penilaian status gizi langsung atau tidak langsung. Penilaian status gizi langsung menggunakan pengukuran antropometri. Antropometri adalah alat yang digunakan dalam ilmu gizi untuk mengevaluasi status gizi seseorang. Untuk menilai status gizi anak dan remaja, ukuran yang paling umum digunakan adalah berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U).

Prevalensi anemia pada remaja dunia berkisar 40- 88% menurut *World Health Organization* (WHO), angka kejadian anemia pada remaja putri dinegara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri. Prevalensi anemia di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 berdasarkan jenis kelamin yaitu pada laki-laki sebesar 20.35% sedangkan perempuan sebesar 27.2%, untuk prevalensi anemia pada usia 5-14 tahun sebesar 26.8 % dan usia 15-24 tahun sebesar 32.0% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Berdasarkan hasil Riskesdas (2018), status gizi remaja secara nasional prevalensi IMT untuk remaja usia 13-15 tahun yang sangat kurus dan kurus adalah 8,7 %, normal 79,3 %, gemuk dan obesitas 11,9%. Pada remaja umur 16-18 tahun yang mengalami status gizi sangat kurus dan kurus 8,1%, normal 78,4%, gemuk dan obesitas 13,5% (Kementrian Kesehatan, 2023).

Salah satu faktor resiko anemia adalah status gizi kurang, yang menunjukkan tingkat zat besi yang rendah dalam tubuh. Remaja putri dengan status gizi normal dapat mengalami anemia jika kebiasaan makan mereka tidak memenuhi pola gizi seimbang. Remaja perempuan seringkali mengabaikan kebiasaan makan mereka, sehingga mereka sering makan makanan yang tidak sehat seperti gorengan dan jajanan cepat saji (Waluyo dan Cahyani, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Muhayati dan Ratnawati (2019) didapatkan ada hubungan bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 97 Jakarta. Selain status gizi, penelitian ini juga menganalisis pola makan dengan kejadian anemia pada remaja dan didapatkan hasil ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia.

Penelitian yang dilakukan oleh (Ayuningtyas, Fitriani, and Parmah 2020) menunjukkan ada hubungan secara signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nurjannah & Putri, 2021) yang menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan

Berdasarkan hasil penelitian Nafisah dan Salafas (2021) kebiasaan makan yang sering dilakukan remaja putri yaitu minum teh/kopi setelah makan, tidak menyukai sayuran berdaun hijau dan memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan *junk food* mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri. Anemia pada remaja putri akan berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, penurunan kesegaran jasmani dan gangguan pertumbuhan hingga perubahan siklus menstruasi (Nafisah, N.M & Salafas, 2021).

Di Jawa Tengah persentase remaja putri kelas 7 dan 10 yang diskriming anemia tahun 2023 sebesar 85,39 % dan hasilnya 30,45 % remaja putri mengalami anemia. Di Kabupaten Pekalongan persentase remaja putri kelas 7 dan 10 yang diskriming anemia sebanyak 97,1 % dan remaja putri yang mengalami anemia sebesar 42,7 %. Sementara di wilayah kerja Puskesmas Kesesi 1 dari 12 sekolah setingkat SMP/MTS/SMA/SMK/MA persentase remaja putri yang mengalami anemia sebesar 35,64 %.

Berdasarkan studi pendahuluan, didapatkan informasi bahwa pada tahun 2023 dari hasil skrining pemeriksaan hemoglobin pada remaja putri didapatkan hasil

prevalensi anemia pada remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan sebesar 40,68 %, sedangkan pada tahun 2024 prevalensi anemia remaja putri sebesar 50,39 %. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan jumlah presentase remaja putri yang mengalami anemia. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 15 siswi yang mengalami anemia di MTS Negeri 2 Pekalongan didapatkan 13 siswa dengan $IMT < 18,5$ atau dengan status gizi kurus dan 2 siswi dengan $IMT > 18,5$ atau dengan status gizi normal. Hal ini yang melatarbelakangi penulis tertarik untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat disimpulkan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “ Apakah ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan? “

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui status gizi remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan.
- b. Mengetahui kejadian anemia pada remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan.
- c. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya bukti empiris tentang ilmu pengetahuan yang terkait hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan dan dapat dijadikan inspirasi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Tenaga Kesehatan di Puskesmas Kesesi I

Memberikan informasi mengenai hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan pada khususnya dan wilayah kerja Puskesmas Kesesi pada umumnya sehingga dapat menjadi acuan dalam penyusunan program terkait dalam rangka pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti mengenai hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan sebagai proses belajar dan bisa melakukan penelitian yang lebih mendalam untuk mengetahui faktor-faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kesesi 1 pada khususnya dan Kabupaten Pekalongan pada umumnya.

c. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi evaluasi dalam pelaksanaan skrining atau deteksi dini status gizi dan kejadian anemia pada remaja putri sehingga dapat dilakukan upaya dalam pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri di MTS Negeri 2 Pekalongan.