

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja adalah periode dari kanak-kanak ke dewasa. sebagai proses transformasi yang mencakup transformasi fisik, fisiologis, dan psikososial. Pubertas juga dapat menyebabkan perubahan fisik dan fungsi tubuh pada remaja perempuan. Ini membuat remaja putri lebih rentan terhadap anemia. Perubahan perubahan Anemia remaja putri adalah ketika kadar hemoglobin tubuh mereka kurang dari batas normal. Kadar hemoglobin normal adalah 12 g/dL, jadi jika ada lebih dari itu, dikatakan anemia. Kondisi ini jelas memiliki dampak negatif pada remaja putri saat ini dan di masa depan. Remaja perempuan yang mengalami anemia lebih cenderung mengalami kelelahan, kelelahan, dan mengantuk, sehingga mereka kurang produktif saat bekerja atau belajar (Hilmi et al.,2022) Remaja perempuan lebih rentan terkena anemia dari pada remaja laki-laki. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan dan masih dalam masa pertumbuhan, sehingga mereka membutuhkan lebih banyak zat besi. Kehilangan banyak darah selama menstruasi dapat menyebabkan kekurangan zat besi dalam tubuh, dan wanita yang menstruasi setiap bulan berisiko mengalami anemia (Basniat&Sulastri 2023).

Anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobin dan eritrosit lebih rendah dari normal. Remaja putri yang didiagnosis dengan anemia gizi besi memiliki risiko yang lebih tinggi karena penurunan daya tahan tubuh mereka, yang membuat mereka lebih rentan terhadap masalah kesehatan. Anemia adalah kondisi dimana terjadi penurunan jumlah masa eritrosit, atau jumlah sel merah, yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin di bawah 11 g/dL, hematokrit, dan hitung eritrosit (Widodo et al., 2019). Penurunan jumlah masa eritrosit (merah darah massa), yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin di bawah 11 g/dL, hematokrit, dan hitung eritrosit, dikenal sebagai anemia. Menurut Widodo et al. (2019). Kadar hemoglobin dalam darah yang lebih rendah dari normal dikenal sebagai anemia, yang menyebabkan hipoksemia, atau kurangnya oksigen sel darah merah ke seluruh jaringan tubuh (Janah, 2021). Anemia dapat disebabkan oleh produksi sel darah merah yang dihancurkan terlalu cepat atau hilangnya sel darah merah secara berlebihan (Satyagraha et al., 2020).

Secara global, WHO mencatat anemia pada tahun 2021 sebesar 29,9% pada wanita usia produktif dengan rentang usia 15 hingga 49 tahun (WHO, 2021). Anemia dapat disebabkan

oleh konsumsi makanan yang tidak seimbang dan kurangnya aktivitas fisik. Wilayah Afrika dan Asia Tenggara adalah yang paling terpengaruh. Secara keseluruhan, 106 juta perempuan dan 103 juta anak terkena anemia di Afrika dan 244 juta di Asia Tenggara, dengan 83 juta perempuan dan anak-anak yang terkena anemia (WHO, 2023). Diperkirakan sekitar 1/3 populasi dunia menderita anemia. Di Indonesia, prevalensi anemia cukup tinggi, dengan angka 32% pada remaja usia 15 hingga 24 tahun, yang berarti 3 dari 10 remaja menderita anemia. Proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi daripada laki-laki (20,3%). Menurut Novita Sari (2020). Di Provinsi Jawa Tengah, prevalensi anemia pada tahun 2023 adalah 30,45%, dan di Surakarta, prevalensi anemia pada tahun 2023 adalah 20,4% (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2023). Hasil survei Kemenkes tahun 2022 menunjukkan bahwa 26,8% anak berusia 5–14 tahun dan 32% remaja berusia 15–24 tahun mengalami anemia. Provinsi Brebes masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang besar karena persentase remaja putri yang mengalami anemia sebesar 32,7% dan persentase remaja putri yang mengalami defisiensi Hb sebesar 49,6% (Dinkes,2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Warda, dan Fayasari di Jakarta Timur tahun 2021 menunjukkan ada sekitar 25,6% remaja putri yang mengalami anemia. Pada tahun 2022 penelitian yang dilakukan di Asrama Putri SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta oleh Sulistyoningtyas menunjukkan sekitar 31,1% remaja putri yang mengalami anemia. Tahun 2023 penelitian yang dilakukan oleh Noviyanti di SMA Hangtuh Kota Tarkon menunjukkan bahwa sekitar 73,3% remaja putri di SMA mengalami anemia. Hal ini membuktikan kejadian anemia remaja putri di wilayah Indonesia pada setiap tahun selalu ada.

Dampak dari anemia mungkin mengalami masalah kognitif, kurangnya konsentrasi di sekolah atau masalah terkait anemia, dapat menyebabkan kinerja kerja yang buruk diakhir tahun ajaran (Mosino et al.,2020) Anemia pada remaja putri memiliki efek seperti penundaan pertumbuhan, tubuh yang sedang berkembang, kecenderungan terinfeksi, dan penurunan kebugaran dan kesegaran tubuh. Selain itu, anemia dapat berdampak pada prestasi belajar siswi karena konsentrasi mereka dalam belajar dapat menurun. Remaja putri yang mengalami anemia memiliki kemungkinan 1,875 kali lebih rendah dalam prestasi akademik dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mengalami anemia (Meylani & Alexander, 2019). Anemia pada remaja dapat menurunkan daya tahan tubuh, meningkatkan kerentanannya terhadap penyakit, serta mengurangi tingkat aktivitas dan prestasi belajar. Pada remaja putri, anemia juga dapat memengaruhi fungsi fisik dan mental. Kekurangan zat

gizi ini berisiko mengganggu pertumbuhan dan perkembangan remaja, serta menurunkan sistem kekebalan tubuh.

Patofisiologi anemia sangat bervariasi tergantung pada penyebab utamanya. Pada anemia hemoragik akut, tubuh berusaha mengatasi kehilangan darah dengan menarik cairan dari jaringan ke dalam pembuluh darah untuk mempertahankan volume sirkulasi. Proses ini mengencerkan darah dan menurunkan konsentrasi sel darah merah, menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dan hematokrit. Meskipun volume darah total dapat pulih, jumlah sel darah merah tetap rendah, mengakibatkan anemia. Jika kehilangan darah berlangsung lama, tubuh akan merangsang sumsum tulang untuk memproduksi sel darah merah baru, namun proses ini memerlukan waktu dan tidak selalu dapat mengimbangi kehilangan yang terjadi.

Rati Astuti (2023) Menyatakan bahwa penyebab terjadinya anemia adalah menstruasi dan asupan kebiasaan makan yang tidak sehat menjadi mengakibatkan anemia pada remaja. Anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh pengeluaran darah menstruasi yang tinggi, pola makan yang tidak teratur, jarang mengonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan, dan tidur malam yang kurang dari 8 jam dan selalu lebih dari 10 jam. Remaja, terutama remaja perempuan, lebih rentan terhadap anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki. Ini karena dua alasan. Yang pertama adalah bahwa remaja perempuan memiliki siklus menstruasi setiap bulan, dan yang kedua adalah kebiasaan yang tidak sehat (Kau et al., 2022) Asupan zat besi yang kurang dari kebutuhan adalah penyebab utama anemia. Orang-orang yang mengonsumsi makanan yang kurang beragam, seperti protein, sering mengalami defisiensi asupan zat besi. Ini karena transportasi zat besi yang terlambat, yang menyebabkan defisiensi zat besi. Selain itu, daging, unggas, dan ikan adalah sumber protein tinggi (Maharani, 2020). Remaja putri tidak tahu cara mencegah anemia dan jarang mengonsumsi tablet tambah darah. Mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi dapat mencegah anemia pada remaja (Pratiwi, 2020). Menurut Karmilah Mila, Hermanto (2024) Anemia disebabkan oleh berbagai faktor-faktor langsung dan tidak langsung terdiri dari infeksi penyakit dan kekurangan zat besi dalam darah, sedangkan faktor tidak langsung termasuk kurangnya perhatian keluarga, aktivitas fisik yang berlebihan, dan pola makan yang tidak sehat. Tingkat pendidikan yang rendah, pendapatan keluarga, dan status sosial adalah beberapa faktor utama yang menyebabkan anemia. Gejala anemia meliputi kehilangan nafsu makan, kesulitan berkonsentrasi, penurunan sistem kekebalan tubuh, dan gangguan perilaku adalah gejala anemia, yang juga dikenal sebagai gejala 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lunglai), bersama

dengan wajah pucat dan pandangan berkunang-kunang. Anemia pada remaja dapat mempengaruhi konsentrasi belajar, kesegaran fisik, dan pertumbuhan, sehingga tinggi dan berat badan mungkin tidak mencapai standar normal (Herwandar & Soviyati, 2020).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 1 Larangan Brebes pada tanggal 10 Maret 2025 saat observasi kejadian anemia pada remaja putri di dapat 5 dari 10 siswi mengalami anemia dengan gejala pusing, dan wajah pucat dengan pengecekan Hb hasilnya 11 g/dL saat mengalami menstruasi. Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang sudah dijelaskan, peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “Gambaran Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun Di Sma Negeri 1 Larangan Brebes”.

Alasan penelitian ini penting karena anemia pada remaja putri merupakan masalah kesehatan yang cukup umum dan berdampak negatif terhadap pertumbuhan, kesehatan, serta prestasi akademik mereka. Dengan mengetahui gambaran kejadian anemia di sekolah, maka dapat diambil langkah preventif dan intervensi yang tepat untuk meningkatkan kualitas kesehatan remaja dan mencegah komplikasi yang lebih serius. Selain itu hasil penelitian ini juga dapat memberikan awareness kepada orang tua, tenaga pendidik dan pihak terkait tentang pentingnya deteksi dini dan penanganan anemia pada remaja putri, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Berdasarkan penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswi tentang anemia yang disebabkan oleh menstruasi karena dapat disimpulkan dari tinjauan literatur bahwa masih banyak siswi yang mengalaminya.

1.2 Tujuan

Untuk Mengetahui Gambaran Kejadian Anemia Pada Siswi SMA Negeri 1 Larangan Brebes.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi siswi orang tua dan guru di SMA Negeri 1 Larangan Brebes untuk memantau dan mengetahui Hasil pemeriksaan kadar sel darah merah dengan alat cek Hb di lingkungan SMA Negeri 1 Larangan Brebes.

1.3.2 Manfaat Keilmuan

Informasikan prevalensi, faktor risiko, dan pola kejadian anemia pada remaja putri

1.3.3 Manfaat Metodologi

Memberi referensi tentang instrumen yang tepat untuk mengevaluasi kasus anemia, seperti penggunaan lembar observasi, pemeriksaan kadar hemoglobin, dan teknik survei yang sesuai.