

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anemia merupakan suatu kondisi medis yang ditandai oleh kadar hemoglobin dalam darah yang lebih rendah dari batas normal. Hemoglobin adalah komponen penting dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh jaringan tubuh serta membawa zat-zat nutrisi esensial seperti vitamin dan mineral (Muhayari dan Ratnawati, 2019). Di Indonesia, anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang cukup serius. Kondisi ini dapat dialami oleh berbagai kelompok usia, mulai dari anak-anak, remaja, hingga wanita hamil. Namun, prevalensi tertinggi cenderung ditemukan pada remaja putri berusia 10 hingga 19 tahun. Hal ini berkaitan erat dengan perubahan fisiologis selama masa pubertas, khususnya saat mulai mengalami menstruasi, di mana tubuh mengalami peningkatan kebutuhan zat besi yang signifikan (Putri dan Fauzia, 2022).

Remaja putri lebih rentan mengalami anemia karena perubahan fisiologis saat pubertas, khususnya saat mulai menstruasi. Kehilangan darah saat menstruasi menyebabkan pengurangan zat besi yang jauh lebih besar dibandingkan remaja putra. Selain itu, faktor usia, pola makan yang kurang seimbang, status gizi, frekuensi menstruasi, aktivitas fisik yang rendah, serta ketidakpatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) turut meningkatkan risiko terjadinya anemia pada kelompok ini (Sulistyawati dan Nurjanah, 2018).

Menurut data global, pada tahun 2019 diperkirakan sekitar 500 juta perempuan usia 15-49 tahun mengalami anemia. Dari jumlah tersebut, sekitar 30% adalah perempuan yang tidak sedang hamil, sementara lebih dari sepertiga

merupakan ibu hamil. Menurut World Health Organization (WHO) Afrika dan Asia Tenggara menjadi kawasan yang terkena dampak anemia yaitu diperkirakan 106 juta wanita di Afrika, dan di Asia Tenggara sebanyak 244 juta wanita (*World Health Organization*, 2023). Prevalensi anemia secara nasional menurut data Riskesdas pada tahun 2018, anemia pada remaja usia 15-24 tahun tercatat sebesar 32% (Kemenkes RI, 2023). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Bali, angka kejadian anemia pada remaja putri tahun 2020 yaitu 5,78% (Widiastuti dkk., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh (Amalia dkk., 2024) menunjukkan bahwa prevalensi anemia dikalangan remaja putri masih tergolong tinggi. Salah satu studi yang dilakukan pada kelompok remaja perempuan berusia 12 hingga 16 tahun menunjukkan hasil dari 21 responden sejumlah 7 orang (33,3%) mengalami anemia. Penelitian lain oleh (Simatupang dan Widiyarti, 2024) juga menemukan hasil yang sejalan. Dalam studi tersebut, seluruh dari 23 responden remaja putri memiliki kadar hemoglobin di bawah nilai normal. Berdasarkan tingkat keparahannya, sekitar 52,2% dari mereka tergolong menderita anemia ringan, sedangkan sisanya, yaitu 47,8%, mengalami anemia sedang. Sebelum memperoleh intervensi berupa suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD), kadar rata-rata hemoglobin para responden hanya sebesar 10,85 g/dL.

Anemia remaja putri memiliki dampak yang serius terhadap pertumbuhan fisik dan mental. Kondisi ini membuat remaja putri lebih rentan terhadap penyakit, dan juga menurunnya semangat belajar serta prestasi akademik di akibatkan oleh kesulitan dalam berkonsentrasi. Gejala yang dialami remaja putri mengalami anemia yaitu mudah lelah atau lesu, pucat, sesak nafas, nafsu makan menurun serta sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang. Jika kondisi ini tidak segera

ditangani, maka dapat berdampak buruk bagi wanita, khususnya pada saat hamil, karena pada masa kehamilan tubuh membutuhkan asupan gizi yang lebih tinggi. Anemia selama kehamilan dapat membahayakan kesehatan ibu maupun janin yang dikandungnya (Ariani dkk., 2023).

Pemberian tablet tambah darah (tablet zat besi) salah satu upaya penting dalam pencegahan anemia pada remaja putri, terutama yang berusia antara 12 hingga 18 tahun. Tablet ini biasanya diberikan satu kali dalam seminggu selama jangka waktu satu tahun penuh sebagai bagian dari program kesehatan di sekolah, seperti program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) (Kemenkes RI, 2020). Siswa SMP umumnya berusia 12-15 tahun. Pada usia tersebut, terutama pada masa pertumbuhan yang cepat, kebutuhan zat besi dalam tubuh meningkat secara signifikan. Hal ini dikarenakan tubuh mengalami percepatan pertumbuhan yang memerlukan asupan zat besi yang lebih besar dibandingkan masa anak-anak. Oleh sebab itu, suplementasi zat besi melalui tablet sangat dianjurkan untuk mencegah terjadinya anemia yang dapat menyebabkan kelelahan dan penurunan kualitas hidup remaja (Wendari, Badrujaman dan Sismiati S., 2016). Selain suplementasi, asupan makanan yang kaya zat besi juga sangat penting untuk menunjang kesehatan dan pertumbuhan optimal. Pola hidup sehat yang meliputi istirahat cukup, aktivitas fisik teratur, dan pengelolaan stres juga menjadi faktor pendukung dalam pencegahan anemia (Sulistyawati dan Nurjanah, 2018).

Pemantauan kadar hemoglobin merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan, khususnya untuk memastikan kecukupan zat besi dalam tubuh. Pemeriksaan kadar hemoglobin dapat dilakukan menggunakan metode POCT (Point of Care Testing) melalui sampel darah kapiler, yang memungkinkan deteksi

cepat dan akurat. Kadar hemoglobin berada dibawah batas normal mengindikasikan kondisi anemia, yang memerlukan evaluasi dan penanganan lebih lanjut. Rentang kadar hemoglobin normal pada laki-laki berkisar antara 13-18 g/dL, sedangkan pada perempuan berada di kisaran 12-16 g/dL (Muhayari dan Ratnawati, 2019).

Prevalensi anemia pada remaja putri di Kabupaten Jembrana pada tahun 2023 mencapai angka 36,36%. Sebagai bagian studi pendahuluan, penulis melakukan wawancara kepada petugas puskesmas dan guru di sekolah, mengenai kejadian anemia dan program pemberian TTD di SMPN 3 Negara. Berdasarkan data yang dikumpulkan Puskesmas 1 Jembrana pada tahun 2024 tercatat sebanyak 15 dari 159 remaja putri di SMPN 3 Negara mengalami anemia dan pelaksanaan program pemberian TTD telah berjalan secara rutin dan berkelanjutan selama beberapa tahun. Data ini memberikan gambaran awal yang penting, namun diperlukan kajian yang lebih mendalam untuk memahami faktor yang menjadi anemia pada remaja putri, sehingga penelitian ini berfokus pada siswi kelas delapan untuk mengevaluasi efektivitas program pemberian TTD pada remaja putri di SMPN 3 Negara (Dinas Kesehatan Kabupaten Jembrana, 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti “Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMPN 3 Negara Kecamatan Jembrana Kabupaten Jembrana”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dirumuskan permasalahan pada penelitian ini adalah bagaimanakah “Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMPN 3 Negara Kecamatan Jembrana Kabupaten Jembrana”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui “Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMPN 3 Negara Kecamatan Jembrana Kabupaten Jembrana”

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik pada remaja putri di SMPN 3 Negara berdasarkan karakteristik usia, kepatuhan mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan status gizi.
- b. Mengukur kadar hemoglobin pada remaja putri di SMPN 3 Negara Kecamatan Jembrana Kabupaten Jembrana.
- c. Mendeskripsikan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMPN 3 Negara berdasarkan karakteristik usia, kepatuhan mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), dan status gizi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi dan bahan bacaan mengenai penyakit anemia dan kadar hemoglobin, khususnya pada remaja putri di SMPN 3 Negara.

2. Manfaat praktis

- a. Memberikan wawasan bagi siswa dan remaja mengenai gambaran kadar hemoglobin dan penyakit anemia.

- b. Memberi pemahaman kepada orang tua tentang pentingnya pengawasan pola makan remaja putri untuk memastikan asupan gizi yang cukup, untuk mencegah anemia.
- c. Memberikan sumber informasi bagi pihak SMPN 3 Negara dalam menentukan kebijakan untuk lebih meningkatkan upaya kesehatan terutama penyuluhan mengenai anemia dan memastikan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.
- d. Memberikan landasan untuk penelitian selanjutnya tentang cara yang lebih efektif mencegah anemia.