

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia ialah suatu keadaan dimana kadar Hemoglobin dalam darah lebih rendah dari kadar normal untuk kelompok orang berdasarkan usia dan jenis kelamin, pada wanita remaja kadar Hb normal ialah 12-15 gr/dl dan pada remaja pria sebesar 13-17 gr/dl (Sartika, 2019).

Anemia dapat menyerang berbagai usia, khususnya usia remaja. Masa remaja adalah periode yang sangat penting dalam perkembangan seorang individu, terutama bagi remaja putri (Suryana dkk., 2022). *World Health Organization* (WHO) mengidentifikasi usia remaja antara 10 hingga 19 tahun, sementara Peraturan Menteri Kesehatan RI menetapkan batas usia remaja sebagai 10-18 tahun. Meskipun ada sedikit perbedaan dalam rentang usia, keduanya mengakui pentingnya dukungan yang tepat selama fase transisi ini untuk membantu remaja berkembang dengan sehat. Remaja banyak mengalami perubahan, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial dalam rentang usia ini (Kusnadi, 2021).

Berdasarkan WHO 2021, prevalensi anemia pada wanita di dunia mencapai 31,2%. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, remaja putri merupakan kelompok yang rentan terkena anemia. Prevalensi anemia pada remaja berusia 15-24 tahun di Indonesia tercatat sebesar 15,5%. Angka ini menunjukkan bahwa hampir 1 dari 6 remaja dalam rentang usia tersebut mengalami anemia. Provinsi Bali merupakan daerah dengan prevalensi anemia tinggi. Angka kejadian anemia di Provinsi Bali berdasarkan Profil Kesehatan Bali pada tahun 2023 adalah 5,1%. Karangasem merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Bali

dengan prevalensi anemia pada remaja putri yang tinggi yaitu sebesar 22,6% (Padmiari dkk., 2019). Sementara itu, berdasarkan gambaran kadar hemoglobin remaja putri di Desa Bungaya tahun 2022 yang merupakan wilayah kerja UPTD Puskesmas Bebandem, sebanyak 12,1% remaja putri memiliki kadar hemoglobin <12 g/dL. UPTD Puskesmas Bebandem melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin di SMA Negeri 1 Bebandem pada bulan November 2024, didapatkan bahwa dari total 100 siswi yang melakukan pemeriksaan, masih ada yang memiliki kadar hemoglobin <12 g/dL.

Anemia pada remaja putri dipicu oleh beberapa faktor, termasuk pola makan yang tidak sesuai, menstruasi yang berat, serta kekurangan zat besi. Sekitar dua per tiga zat besi dalam tubuh terdapat dalam sel darah merah hemoglobin (Padmiari dkk., 2019). Anemia disebabkan oleh kebutuhan zat besi yang tinggi pada masa pertumbuhan, di mana tubuh remaja memerlukan lebih banyak zat besi untuk mendukung proses pertumbuhan tulang, otot, dan perkembangan organ tubuh lainnya. Selain itu, peningkatan kebutuhan zat besi juga dipicu oleh menstruasi, yang menyebabkan kehilangan darah setiap bulan (Mangalik dkk., 2023).

Anemia yang berlangsung lama dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi, menurunkan tingkat konsentrasi, yang memengaruhi kinerja akademik, mengganggu kualitas hidup, serta mempengaruhi perkembangan fisik dan kognitif. Selain itu, anemia juga berisiko menyebabkan komplikasi lebih lanjut jika tidak ditangani dengan tepat, seperti penurunan daya tahan tubuh dan gangguan pada fungsi organ vital (Kusnadi, 2021).

Anemia dapat menyebabkan berbagai gejala, seperti kelelahan, penurunan daya konsentrasi, dan gangguan tumbuh kembang, yang berdampak negatif pada

kualitas hidup mereka. Selain itu, anemia pada remaja putri juga dapat berisiko bagi kesehatan mereka di masa depan, terutama terkait dengan kehamilan dan proses melahirkan. Anemia dapat meningkatkan kemungkinan komplikasi selama kehamilan, seperti kelahiran prematur atau bayi dengan berat badan lahir rendah, yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan bayi (Mangalik dkk., 2023).

Faktor risiko kejadian anemia pada remaja putri berkaitan dengan status gizi terutama melibatkan kekurangan zat besi, vitamin B12, dan asam folat yang esensial untuk produksi sel darah merah yang sehat. Pola makan yang baik akan membantu remaja untuk memenuhi kebutuhan gizi dalam tubuh. Beberapa cara untuk menilai status gizi seseorang adalah melalui pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Lengan Atas (LILA). Kedua parameter ini sering digunakan untuk mengukur status gizi secara lebih objektif dan dapat berperan penting dalam mendiagnosis risiko anemia pada remaja (Astuti, 2023).

Faktor-faktor fisik seperti IMT dan LILA sangat relevan karena pada usia remaja, tubuh mereka sedang mengalami perubahan yang signifikan. Proses pertumbuhan dan perkembangan mereka dapat terganggu sehingga mengarah pada masalah kesehatan jangka panjang, seperti anemia jika status gizi tidak memadai (Handayani dan Sugiansih, 2022). Faktor-faktor seperti IMT penting untuk dipahami agar dapat mengetahui bagaimana IMT dan LILA dapat mempengaruhi kadar hemoglobin pada remaja putri. Penelitian tentang pengaruh IMT terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri sangat relevan untuk memberikan wawasan lebih dalam mengenai hubungan antara status gizi dan kesehatan darah, yang pada dasarnya dapat membantu dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia di kalangan remaja Indonesia (Rahayu dan Fitriana, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Ananti dan Anggraini, (2021) mengenai Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Lengan Atas pada Ibu Hamil dengan Kejadian Anemia menunjukkan tidak adanya hubungan antara IMT dan kejadian anemia tetapi menunjukkan adanya hubungan LILA dengan kejadian anemia. Hubungan antara IMT dan kadar hemoglobin pada remaja putri perlu diketahui, intervensi yang lebih terarah dan efektif dapat dilakukan untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan darah mereka. Misalnya, pemberian suplemen zat besi bisa disesuaikan dengan kondisi berat badan dan pola makan remaja. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna untuk merancang program kesehatan masyarakat yang lebih efektif, yang mempertimbangkan kedua faktor tersebut untuk mengurangi prevalensi anemia dan obesitas di kalangan remaja (Rahayu dan Fitriana, 2020).

Berdasarkan latar belakang di atas maka SMA Negeri 1 Bebandem merupakan sekolah yang tepat bagi Peneliti untuk melakukan penelitian karena sekolah ini memiliki gambaran kadar hemoglobin rendah pada remaja putri. Selain itu, gaya hidup seperti makan makanan yang tidak sehat yang menjadi *tren* di kalangan remaja juga meningkatkan terjadinya masalah gizi yang berkaitan dengan IMT dan LILA.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara indeks massa tubuh dan lingkar lengan atas dengan kejadian anemia remaja putri di SMA Negeri 1 Bebandem Kabupaten Karangasem?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan umum**

Untuk mengetahui hubungan antara antara indeks massa tubuh dan lingkar lengan atas dengan kejadian anemia remaja putri di SMA Negeri 1 Bebandem Kabupaten Karangasem.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Untuk mengidentifikasi indeks massa tubuh remaja putri di SMA Negeri 1 Bebandem Kabupaten Karangasem.
- b. Untuk mengidentifikasi lingkar lengan atas remaja putri di SMA Negeri 1 Bebandem Kabupaten Karangasem.
- c. Untuk mengidentifikasi kejadian anemia remaja putri di SMA Negeri 1 Bebandem Kabupaten Karangasem.
- d. Untuk menganalisis hubungan antara indeks massa tubuh dengan kejadian anemia remaja putri di SMA Negeri 1 Bebandem Kabupaten Karangasem.
- e. Untuk menganalisis hubungan lingkar lengan atas dengan kejadian anemia remaja putri di SMA Negeri 1 Bebandem Kabupaten Karangasem.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

Diharapkan penelitian ini bisa menambah pengetahuan pembaca khususnya remaja putri, tenaga kesehatan serta mahasiswa tentang bagaimana status gizi yang diukur melalui indeks massa tubuh dan lingkar lengan atas dapat memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri.

## **2. Manfaat praktis**

### **a. Tenaga kesehatan**

Dapat dijadikan panduan dan pertimbangan dalam melakukan pelayanan kesehatan yang optimal demi meningkatkan derajat kesehatan dalam rangka upaya promotif dan preventif kesehatan pada remaja.

### **b. Masyarakat**

Dengan penelitian ini diharapkan masyarakat khususnya remaja dan orang tua mengetahui gambaran objektif mengenai hubungan indeks massa tubuh dan lingkar lengan atas dengan kejadian anemia.

### **c. Peneliti**

Diharapkan dengan penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan pertimbangan dalam mengembangkan penelitian yang lebih baik lagi kedepannya.