

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi yang terjadi di seluruh dunia, baik di negara berkembang maupun maju. Menurut WHO, anemia banyak dijumpai pada remaja, terutama remaja putri di negara berkembang seperti Indonesia. Remaja putri lebih rentan anemia dibandingkan remaja laki-laki karena kebutuhan zat besi mereka tiga kali lebih tinggi. Menstruasi yang dialami remaja putri setiap bulan menyebabkan hilangnya darah, sehingga tubuh membutuhkan zat besi untuk mengembalikannya. Anemia pada remaja putri menjadi perhatian penting dalam masalah kesehatan (Prawirohardjo, 2020).

Menurut WHO (2022), remaja adalah kelompok usia yang mengalami transisi penting antara masa kanak-kanak dan dewasa, dengan rentang usia 13 hingga 21 tahun. Selama periode ini, remaja mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial. Salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada remaja adalah anemia. Angka kejadian anemia pada remaja putri di negara berkembang mencapai 53,7%, disebabkan oleh stres, haid, atau terlambat makan. Prevalensi anemia pada remaja putri di benua Afrika mencapai 53,7%, di benua Asia 48,1%, dan di benua Eropa 21,56% (WHO, 2022). Sebagian besar kasus anemia ini terjadi pada remaja usia 13–16 tahun, dengan persentase sebesar 65% dari total kasus.

Angka prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2022 adalah sebesar 26,50%. Di antara kasus anemia tersebut, 72,3%

disebabkan oleh kekurangan zat besi. Diketahui bahwa anemia paling banyak ditemukan pada remaja usia 13–16 tahun, yang mencakup sekitar 67% dari total kasus nasional. Sekitar 30–40% remaja putri di Indonesia mengalami masalah status gizi yang berhubungan dengan kejadian anemia. Remaja putri dengan status gizi kurang ( $IMT < 18,5$ ) memiliki risiko lebih tinggi terhadap anemia karena cadangan zat besi tubuh yang rendah. Pola makan yang tidak seimbang, seperti rendahnya konsumsi sumber zat besi (daging merah, ikan, sayuran hijau), juga berkontribusi besar terhadap anemia (Kemenkes, 2022).

Angka kejadian anemia pada remaja di Provinsi Sumatera Barat berdasarkan Survei Pemantauan Status Gizi (PSG) yang dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat menunjukkan peningkatan signifikan, dari 43,1% pada tahun 2022 menjadi 46,71% pada tahun 2023. Hal ini menunjukkan bahwa anemia pada remaja masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang perlu perhatian serius. Kejadian anemia pada remaja tertinggi di Sumatera Barat terjadi di beberapa daerah, antara lain di Kota Padang dengan prevalensi mencapai 48,5%, Kota Payakumbuh 47,2%, Kabupaten Tanah Datar 45,6%, dan Kabupaten Pesisir Selatan 42,5% (Dinkes Sumbar, 2022). Mayoritas kasus anemia di daerah-daerah tersebut dialami oleh remaja usia 13–16 tahun, yang mencapai 68% dari total remaja yang terdata mengalami anemia.

Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Pesisir Selatan, pada tahun 2022 tercatat sebanyak 38,7% remaja putri mengalami anemia, dan pada tahun 2023 terjadi peningkatan kejadian anemia pada remaja putri dengan persentase 42,5% (Dinkes Pesisir Selatan, 2022–2023). Dari jumlah tersebut,

kelompok usia 13–16 tahun merupakan yang paling terdampak, dengan proporsi mencapai 70% dari total kasus anemia remaja putri di wilayah tersebut. Kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Pesisir Selatan paling tinggi ditemukan di beberapa Puskesmas, antara lain Puskesmas Inderapura dengan prevalensi 46,2%, Puskesmas Kambang 44,8%, dan Puskesmas Balai Selasa 43,1%. Ketiga wilayah ini juga menunjukkan angka tertinggi pada kelompok usia 13–16 tahun, dengan persentase kejadian sebesar 72% (Dinkes Pesisir Selatan, 2022–2023).

Faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia dikalangan remaja adalah status gizi dan pola makan. Status gizi yang buruk, terutama pada remaja putri dengan Indeks Massa Tubuh (IMT)  $< 18,5$ , sangat berperan terhadap kejadian anemia karena rendahnya cadangan zat besi dalam tubuh. Remaja dengan gizi kurang lebih rentan mengalami anemia akibat kekurangan zat besi yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin dalam darah (Handayani, 2020).

Selain itu, Pola makan yang tidak seimbang juga merupakan penyebab utama anemia pada remaja. Konsumsi makanan yang rendah zat besi seperti daging merah, hati, ikan, dan sayuran hijau, serta kebiasaan makan yang tidak teratur dan cenderung tinggi makanan olahan, rendah serat, dan rendah nutrisi, memperburuk kondisi ini. Remaja putri yang mengalami menstruasi setiap bulan membutuhkan asupan zat besi yang lebih tinggi, sehingga jika pola makan mereka tidak mampu memenuhi kebutuhan tersebut, maka risiko anemia akan meningkat secara signifikan. Selain itu, kebiasaan melewatkan sarapan, diet yang ketat tanpa pengawasan, dan kurangnya pengetahuan gizi

juga turut memperparah tingginya angka kejadian anemia. Dampaknya tidak hanya kelelahan dan gangguan konsentrasi, tetapi juga menurunnya produktivitas, terutama ketika remaja memasuki usia bekerja dan dewasa (Rani, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Siti Nunung & Wga Anggita (2021) tentang hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan menyatakan bahwa bahwa seluruh remaja putri dengan status gizi kurus mengalami anemia yaitu 39 remaja (100%), 63 remaja putri dengan status gizi normal mengalami anemia sebanyak 37 remaja (58,7%) dan 8 remaja putri dengan status gemuk mengalami anemia sebanyak 6 remaja (75%). Berdasarkan hasil uji statistik  $p$  value = 0,000, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan.

Penelitian yang dilakukan oleh Maryam Aspihani (2023) tentang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Kelumpang Tengah menyatakan ada hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Kelumpang Tengah Kabupaten Kotabaru ( $p$  value = 0,000). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 46 orang remaja putri, sebanyak 19 orang (90,5%) pola makan kurang baik dengan mengalami anemia, sebanyak 10 orang (83,3%) pola makan cukup baik dengan tidak mengalami anemia dan sebanyak 19 orang (76,9%) pola makan baik dengan tidak mengalami anemia. Anemia disebabkan karena kehilangan sel darah kronis, asupan zat besi yang tidak cukup, penyerapan

tidak adekuat dan peningkatan kebutuhan zat besi untuk pembentukan sel darah merah yang lazim berlangsung di antaranya pada masa pubertas dan karena aktifitas yang meningkat, diet yang salah, pola makan yang tidak teratur, dan mengalami menstruasi dimana zat besi hilang bersama darah menstruasi.

Berdasarkan data laporan UKS di wilayah kerja Puskesmas Inderapura yang terdiri dari 3 sekolah SMP dan sederajat, didapatkan kejadian anemia pada remaja putri menunjukkan angka yang cukup tinggi yaitu tertinggi di SMP N 1 Inderapura, pada tahun 2023 dimana 27 dari 65 remaja putri yang diperiksa Hb mengalami anemia (41,53%), dan pada 2024 angka ini meningkat menjadi 43,42% dengan 76 dari 175 remaja putri yang terdeteksi anemia. Kemudian SMP N 3 Inderapura, pada 2023, 32 dari 80 remaja putri (40%) mengalami anemia, dan pada 2024 prevalensi menurun sedikit menjadi 37,5% dengan 45 dari 120 remaja putri terdiagnosis anemia. Sementara di MTsN Inderapura, pada 2023 ditemukan 38 dari 100 remaja putri (38%) mengalami anemia dan pada 2024 jumlah ini meningkat menjadi 41,33% dengan 62 dari 150 remaja putri yang terdeteksi anemia. Data ini menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri di wilayah ini masih menjadi masalah kesehatan yang perlu perhatian lebih (Laporan UKS Wilayah Puskesmas Inderapura, 2024).

Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan di SMP Negeri 1 Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan dengan memeriksa kadar hemoglobin terhadap 10 siswa remaja putri, ditemukan bahwa 6 orang di antaranya mengalami anemia. Dari hasil wawancara dengan siswi yang mengalami

anemia, dapat diidentifikasi beberapa faktor yang diduga berkontribusi terhadap kondisi ini. Sebagian besar siswi mengungkapkan bahwa mereka memiliki pola makan yang kurang baik, dengan asupan gizi yang tidak mencukupi kebutuhan tubuh, terutama zat besi yang penting untuk pembentukan hemoglobin. Selain itu, banyak dari mereka juga memiliki status gizi yang tergolong kurang, dengan Indeks Massa Tubuh (IMT)  $< 18,5$ , yang mengindikasikan kekurangan berat badan atau kekurangan gizi. Kombinasi dari pola makan yang kurang bergizi, status gizi yang kurang optimal ini menjadi faktor yang saling terkait dan berkontribusi pada peningkatan risiko anemia pada remaja putri tersebut.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti telah melakukan penelitian yang berjudul Hubungan Status Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2025.

#### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah yang didapat adalah bagaimanakah “Hubungan Status Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2025?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Hubungan Status Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2025.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui distribusi frekuensi kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2025.
- b. Diketahui distribusi frekuensi status gizi pada remaja putri di SMP Negeri 1 Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2025.
- c. Diketahui distribusi frekuensi pola makan pada remaja putri di SMP Negeri 1 Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2025.
- d. Diketahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2025.
- e. Diketahui hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2025.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti tentang faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

## 2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai sumber bacaan di institusi pendidikan tentang faktor apa saja yang dapat mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri.

## 3. Bagi Tenaga Kesehatan

Memberikan gambaran faktor resiko tentang faktor apa saja yang dapat mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri sehingga untuk kedepannya hal ini bisa diatasi.

## 4. Bagi Bidang Penelitian

Sebagai referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian mengenai tentang faktor apa saja yang dapat mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri sehingga untuk kedepannya hal ini bisa diatasi.

## 5. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi refensi bagi peneliti selanjutnya tentang faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

## E. Ruang Lingkup Penelitian

Dalam penelitian ini membahas tentang “Hubungan Status Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2025”. Tujuan dalam penelitian ini untuk melihat hubungan antara variabel independen (status gizi dan pola makan) dengan variabel dependen (kejadian anemia pada remaja putri). Jenis penelitian yang digunakan adalah *analitik* dengan desain penelitian *crosssectional study*. Populasi adalah seluruh siswi di SMP Negeri 1

Inderapura Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2025 yang berjumlah 131 orang dengan Teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*. Penelitian telah dilakukan pada bulan Maret - Agustus 2025 dan pengumpulan data dilakukan pada tanggal 17 – 18 Juni 2025. Data yang digunakan adalah data primer yaitu dengan mengisi kuesioner langsung oleh responden, analisis data secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi-Square*.

