

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa. Pada masa ini khususnya remaja putri usia 15 – 18 tahun lebih beresiko mengalami anemia dibandingkan remaja putra, karena setiap bulannya mengalami menstruasi (Wahyuni, 2024). Remaja putri biasanya sangat mengkhawatirkan penampilannya terutama bentuk badannya sehingga banyak dari mereka yang melakukan diet dan makan dengan porsi yang lebih sedikit serta mengonsumsi makanan kurang benar. Selain itu, remaja putri juga mengalami peningkatan kebutuhan zat besi karena percepatan pertumbuhan (*growthspurt*) dan pola menstruasi yang tidak normal dapat menyebabkan anemia, sehingga hemoglobin dalam darah juga ikut terbuang (Muhayati & Ratnawati, 2024).

Anemia adalah kondisi ketika jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal, sehingga kemampuan darah untuk mengangkut oksigen ke jaringan tubuh menjadi berkurang. *World Health Organization* (WHO), 2025). Menurut *World Health Organization* (WHO), angka kejadian anemia pada remaja putri di negara berkembang mencapai 53,7% (WHO, 2025). Kondisi ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah gizi yang memerlukan perhatian khusus karena dapat berdampak pada kesehatan, pertumbuhan, serta kemampuan belajar remaja. Remaja putri lebih

rentan mengalami anemia akibat meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan menstruasi setiap bulan. Jika tidak ditangani dengan baik, anemia dapat menyebabkan tubuh mudah lelah, konsentrasi menurun, serta menurunkan produktivitas dan kualitas hidup remaja putri. (WHO, 2025).

Prevalensi anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2024, terdapat sekitar 30-35% yang menunjukkan bahwa sekitar 3 dari 10 remaja putri mengalami anemia. Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan serta faktor menstruasi (Kementerian Kesehatan RI, 2024).

Berdasarkan Laporan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat Tahun 2024, prevelensi anemia pada remaja putri tergolong tinggi, yaitu berkisar antara 28-32% angka ini menunjukkan hampir sepertiga remaja putri di Sumatera Barat mengalami anemia (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, 2024).

Tingginya angka kejadian ini di pengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satu faktor utama yang berperan adalah status gizi. Status gizi berkaitan langsung dengan kecukupan asupan zat besi dan zat gizi lainnya yang diperlukan dalam proses pembentukan hemoglobin. Kekurangan asupan zat besi, protein, dan vitamin seperti vitamin C dapat menghambat proses eritropoiesis, sehingga menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dalam darah. Remaja putri dengan status gizi kurang cenderung memiliki cadangan zat besi yang rendah sehingga lebih rentan mengalami anemia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024) Selain itu, lamanya menstruasi juga

merupakan faktor yang berpengaruh terhadap kejadian anemia. Secara fisiologis, menstruasi menyebabkan kehilangan darah secara rutin setiap bulan. Durasi menstruasi yang lebih panjang atau volume darah yang lebih banyak akan meningkatkan kehilangan zat besi dalam tubuh. Apabila kehilangan tersebut tidak diimbangi dengan asupan zat besi yang adekuat, maka akan terjadi ketidakseimbangan zat besi yang berujung pada anemia defisiensi besi (WHO, 2023).

Faktor lain yang tidak kalah penting adalah durasi tidur. Durasi tidur merupakan jumlah waktu yang digunakan seseorang untuk tidur dalam satu hari. Remaja putri yang memiliki durasi tidur kurang dari kebutuhan yang dianjurkan berisiko mengalami gangguan pada proses metabolisme tubuh, termasuk metabolisme zat besi dan pembentukan hemoglobin. Kurangnya durasi tidur dapat menyebabkan proses pemulihan dan regenerasi sel tubuh tidak berlangsung secara optimal, sehingga berpotensi memengaruhi kadar hemoglobin dalam darah. Selain itu, kebutuhan tidur yang tidak terpenuhi dapat menurunkan kondisi kesehatan secara umum dan meningkatkan risiko terjadinya anemia pada remaja putri. Oleh karena itu, durasi tidur yang cukup perlu diperhatikan sebagai salah satu faktor yang berperan dalam menjaga kadar hemoglobin dan mencegah terjadinya anemia pada remaja putri (Dhanny & Heryanda, 2026; Alwi et al., 2026).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari et al, dengan judul penelitian “Hubungan Status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri”. menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian

anemia pada remaja putri dengan nilai p value $< 0,05$, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia (Sari et al., 2023). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Lestari et al, dengan judul “Hubungan lamanya menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri” menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara lamanya menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri, dengan nilai p value = 0,002 ($p < 0,05$). Remaja dengan pola menstruasi tidak teratur atau durasi menstruasi yang panjang lebih berisiko mengalami anemia akibat kehilangan darah yang berlebih setiap siklus menstruasi (Lestari et al., 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Alwi et al. (2026) dengan judul penelitian “Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Durasi Tidur terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri” menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara durasi tidur dengan kadar hemoglobin pada remaja putri. Remaja yang memiliki durasi tidur kurang dari kebutuhan normal cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang memiliki durasi tidur cukup. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa durasi tidur merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin dan berkontribusi terhadap terjadinya anemia pada remaja putri (Alwi et al., 2026).

Berdasarkan Data Dari (Dinas Kesehatan Kota Padang 2024) terdapat 3 Puskesmas yang memiliki presentase anemia tertinggi yaitu Wilayah Kerja Puskesmas Andalas (53,6%), Wilayah Kerja Puskesmas Padang Pasir (41,7%),

Dan Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk begalung (39,9%). Puskesmas Andalas adalah resiko anemia nomor 1 Di Kota Padang.

Diwilayah Kerja Puskesmas Andalas terdapat 11 SMA/SMK/MA kelas X dan XI dengan jumlah remaja putri diantaranya yaitu SMKN 6 Padang sebanyak 360 remaja putri, SMA Adabiah I sebanyak 398 remaja putri, SMA Kartika 1-5 sebanyak 209 remaja putri, SMK Kartika 1 sebanyak 5 remaja putri, SMKN 2 Padang sebanyak 595 remaja putri, SMA Adabiah 2 sebanyak 181 remaja putri, SMA 10 Padang 204 remaja putri, SMK Kartika 1-2 sebanyak 48 remaja putri, SMK Pratama sebanyak 14 remaja putri, SMK PGAI I remaja putri, dan SMKN 1 Padang 439 putri.

Berdasarkan data skrining pemeriksaan hemoglobin (Hb) remaja putri yang dilakukan oleh Puskesmas Andalas Tahun 2025 pada beberapa SMA dan SMK di wilayah kerja Puskesmas Andalas, diperoleh bahwa SMKN 2 memiliki jumlah kasus anemia terbanyak dibandingkan sekolah lainnya. Dari 238 siswi yang menjalani pemeriksaan Hb di SMKN 2, sebanyak 141 siswi (59,2%) mengalami anemia, yang terdiri atas 60 siswi (25,2%) anemia ringan, 79 siswi (33,2%) anemia sedang, dan 2 siswi (0,8%) anemia berat. Jumlah kasus tersebut lebih tinggi dibandingkan SMKN 6 yang memiliki 115 kasus anemia (60,8%) dan SMK Kartika I-5 sebanyak 44 kasus anemia (55,7%).

Dari hasil survey awal yang di lakukan peneliti diketahui SMK N 2 Padang memiliki prevalensi anemia tertinggi di bandingkan dengan sekolah lainnya yaitu dari 10 terdapat 7 siswi yang mengalami anemia. Kemudian terkait dengan faktor faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja

putri terdapat 6 siswi dengan status gizi buruk, 8 siswi dengan durasi tidur yang buruk yaitu siswi sering tidur di atas jam 12 malam ,dan terdapat 6 siswi yang mengalami siklus menstruasi panjang.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Bagaimana faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja di SMKN 2 Kota Padang Tahun 2026”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 2 Kota Padang tahun 2026?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja Di SMKN 2 Kota Padang tahun 2026

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 2 Kota Padang tahun 2026
- b. Diketahui distribusi frekuensi Status gizi pada remaja putri di SMKN 2 Kota Padang tahun 2026
- c. Diketahui distribusi frekuensi Lamanya menstruasi pada remaja putri di SMKN 2 Kota Padang tahun 2026
- d. Diketahui distribusi frekuensi Durasi tidur remaja putri SMKN 2 Kota Padang tahun 2026

- e. Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMKN 2 Kota Padang tahun 2026
- f. Hubungan lamanya menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMKN 2 Kota Padang tahun 2026
- g. Hubungan Durasi tidur dengan kejadian anemia pada remaja putri SMKN 2 Kota Padang tahun 2026

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman dan menambah wawasan tentang kejadian anemia pada remaja putri dan untuk mengaplikasikan ilmu yang telah di dapat selama mengikuti perkuliahan di Universitas Alifah Padang.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian dapat dijadikan sumber referensi untuk peneliti selanjutnya mengenai Faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Universitas Alifah Padang

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai tambahan bacaan dan referensi bagi mahasiswa Universitas Alifah Padang pada umumnya. khususnya bagi mahasiswa Program Studi Kebidanan.

b. Bagi SMKN 2 Kota Padang Tahun 2026

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai gambaran tentang kejadian anemia remaja putri di SMKN 2 Kota Padang Tahun 2026 dan sebagai acuan untuk penanggulangan dan pencegahan kejadian anemia.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja di SMKN 2 Kota Padang Tahun 2026” variabel independen Penelitian ini adalah Status gizi, Lamanya Menstruasi, dan Durasi Tidur dan variabel dependen pada penelitian ini adalah Anemia pada remaja putri. Jenis penelitian ini menggunakan *Deskriptif Analitik* dengan desain pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan di SMKN 2 Padang dari bulan Maret sampai Agustus 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI yang berjumlah 595 dan Sampel berjumlah 86 responden. Dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *sampel random sampling*. Teknik pengumpulan data melalui Kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariate, dengan menggunakan uji statistik *chi-square*.