

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah kondisi di mana jumlah sel darah merah atau tingkat hemoglobin (Hb) dalam sel darah merah berada di bawah batas normal, dengan nilai hemoglobin yang dianggap normal untuk wanita berkisar antara 12 - 16 g/dL (Angelia et al., 2024).

World Health Organization (WHO) 2021 mencatat dalam statistik kesehatan global tahun 2021 mengungkapkan bahwa tingkat anemia pada perempuan dalam rentang usia reproduktif 15-49 tahun di seluruh dunia pada tahun 2019 adalah sekitar 29,9%. Sementara itu tingkat anemia pada perempuan yang tidak hamil di kelompok usia 15-49 tahun mencapai 29,6 %, Dimana kelompok usia remaja termasuk di dalamnya (Aulya et al., 2022). Frekuensi kejadian anemia di Indonesia pada tahun 2019 pada perempuan dalam rentang usia produktif 15-49 tahun tercatat sebesar 31,2% dengan kelompok usia terbanyak antara 20-44 tahun ditemukan sebesar 32,0% di mana perempuan lebih banyak mengalaminya (27,0%) dibandingkan dengan laki-laki (20,0%). Pada tahun 2020, kasus anemia di kalangan remaja putri (Gusniawati et al., 2024). Pada tahun 2022, prevalensi anemia di Provinsi Jawa Tengah tercatat sebesar 48,9%, yang mana angka ini menunjukkan bahwa anemia dianggap sebagai masalah kesehatan masyarakat yang signifikan, dengan ambang batas prevalensi lebih dari 20% (Dewi et al., 2024). Hasil survei profil kesehatan Kabupaten Klaten tahun 2019 36,2% remaja di Klaten mengalami anemia (Murtini & Harwati, 2024).

Salah satu faktor penyebab kurangnya pengetahuan remaja putri tentang tablet Fe adalah minimnya informasi yang diterima oleh responden, baik dari tenaga kesehatan, media, keluarga, maupun sumber lainnya, serta keterbatasan pemahaman remaja putri terhadap informasi yang disampaikan. Selain itu, kurangnya penyuluhan dari puskesmas dan perangkat desa juga berperan dalam rendahnya pengetahuan tersebut (Indrawatiningsih et al.,

2021). Faktor penyebab anemia pada remaja dapat disebabkan oleh kekurangan asupan zat besi dan nutrisi penting lainnya, seperti vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin, dan vitamin B12. Selain itu, kesalahan dalam cara mengonsumsi zat besi, misalnya mengonsumsinya bersamaan dengan zat lain yang dapat menghambat penyerapan zat besi (Fitri Sevrilianti Boimau et al., 2024).

Adapun faktor yang mempengaruhi anemia yaitu status gizi, pola sarapan, siklus menstruasi, dan kekurangan zat gizi adalah beberapa faktor yang dapat menyebabkan anemia. Zat besi, yang akan menyebabkan anemia, mempengaruhi aktifitas dan sistem reproduksi, menyebabkan kelelahan, kesulitan berkonsentrasi, dan penurunan produktivitas (Qomarasari & Mufidaturrosida, 2022). Beberapa faktor penyebab masalah gizi pada remaja termasuk kebiasaan makan yang salah, pemahaman gizi yang salah tentang nutrisi, di mana para remaja menginginkan tubuh yang langsing sehingga mereka tidak memenuhi kebutuhan gizi mereka, dan kesenangan yang berlebihan terhadap makanan tertentu, seperti makanan cepat saji (Handayani & Sugarsih, 2022).

Penyebab anemia defisiensi besi terjadi akibat berkurangnya cadangan besi dalam tubuh, yang mengakibatkan penurunan kadar hemoglobin dalam darah. Khususnya pada perempuan, terutama remaja putri, sering kali terjadi anemia disebabkan oleh tingginya kebutuhan zat besi dibandingkan dengan laki-laki, sebagai akibat dari kebutuhan untuk mendukung pertumbuhan dan menggantikan zat besi yang hilang selama periode menstruasi (Widiyawati & Virgia, 2024).

Remaja putri beresiko menderita anemia, disebabkan oleh kehilangan darah selama menstruasi dan fase pertumbuhan yang cepat, yang memerlukan asupan zat besi hingga tiga kali lipat lebih banyak dibandingkan dengan remaja laki-laki. Kekurangan zat besi pada remaja putri disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan yang bernutrisi, yang dapat mengakibatkan kesulitan berkonsentrasi saat belajar, penurunan prestasi akademik, dan menurunnya daya tahan fisik. Hal ini dapat mempengaruhi kondisi saat

kehamilan dan proses melahirkan, meningkatkan risiko kematian pada ibu, kelahiran prematur, kematian neonatal, serta bayi berat lahir rendah. (Amalia & Meikawati, 2024). Menurut penelitian (Hidayani et al., 2025) Pada fase awal menstruasi, remaja putri mengalami kehilangan darah dalam jumlah yang cukup signifikan, dengan rata-rata volume kehilangan darah mencapai sekitar 84 ml. Kehilangan ini berpotensi menyebabkan penurunan kadar hemoglobin sebesar ± 133 g/L. Oleh karena itu, kebutuhan akan asupan zat besi meningkat untuk mendukung proses regenerasi sel darah merah dan mencegah risiko terjadinya anemia.

Selama masa reproduktif, perempuan secara fisiologis mengalami kehilangan darah akibat menstruasi. Kehilangan darah yang berlebihan selama menstruasi merupakan salah satu faktor utama penyebab anemia, khususnya anemia defisiensi besi pada remaja putri. Menstruasi yang berlangsung lebih dari delapan hari, serta siklus menstruasi yang lebih pendek dari 28 hari, dapat meningkatkan risiko kehilangan zat besi dalam jumlah yang signifikan. Sementara itu, pada siklus yang lebih panjang dari 35 hari, rata-rata volume darah yang dikeluarkan mencapai sekitar $33,2 \pm 16$ cc atau sekitar 40 ml. Jumlah zat besi yang hilang selama menstruasi bergantung pada volume darah yang dikeluarkan dalam setiap siklus menstruasi. Kehilangan zat besi yang berkelanjutan akan menyebabkan penurunan cadangan besi dalam tubuh, suatu kondisi yang dikenal sebagai *iron depleting state*. Jika kekurangan tersebut tidak segera ditangani, maka cadangan besi akan habis sepenuhnya, sehingga pasokan besi untuk proses eritropoiesis menjadi terbatas. Kondisi ini mengakibatkan gangguan pada pembentukan eritrosit meskipun belum menimbulkan gejala anemia secara klinis, dan dikenal sebagai *iron deficient erythropoiesis* (Djunaid & Hilamuhu, 2021). Pubertas merupakan fase penting dalam proses tumbuh kembang anak pada remaja perempuan, pubertas ditandai dengan pertumbuhan rahim, vagina, dan ovarium. Ovarium mulai memproduksi ovum dan hormon-hormon seperti estrogen, yang berperan dalam siklus menstruasi serta perkembangan ciri-ciri

kelamin sekunder. Estrogen bersama hormon LH dan FSH mengatur fungsi reproduksi dan siklus menstruasi (N. Batubara et al., 2025).

Dampak anemia pada remaja putri meliputi hambatan dalam pertumbuhan, kondisi tubuh yang terganggu selama fase perkembangan, peningkatan kerentanan terhadap infeksi, penurunan kebugaran fisik, serta pengaruh negatif terhadap hasil belajar siswa. Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan konsentrasi siswa menurun saat belajar. Remaja perempuan yang mengalami anemia memiliki kemungkinan 1,875 kali penurunan konsentrasi belajar dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mengalami anemia (Husna & Saputri, 2022).

Dampak anemia yang signifikan terhadap penurunan kualitas sumber daya manusia. Perempuan yang mengalami anemia saat remaja dapat mengalami penurunan konsentrasi, penurunan prestasi akademik, penurunan aktivitas fisik, dan penurunan antibodi. Remaja yang sedang hamil juga berisiko mengalami abortus, kelahiran bayi dengan kondisi BBLR, rahim yang tidak berkontraksi dengan baik, dan kematian ibu karena perdarahan setelah persalinan (Adyani et al., 2024).

Anemia dapat dicegah dengan meningkatkan konsumsi makanan bergizi seperti makanan hewani (daging, ikan, ayam, hati, dan telur) dan makanan nabati (sayuran hijau tua, kacang-kacangan, tempe, dan bayam). Mereka juga dapat mengonsumsi lebih banyak sayuran dan buah yang mengandung vitamin C, seperti daun katuk, daun singkong, bayam, jambu, dan sebagainya, karena ini dapat membantu usus menyerap zat besi dengan lebih baik (Aulya et al., 2022).

Pencegahan anemia dengan cara pemberian suplemen TTD merupakan salah satu cara untuk memenuhi asupan zat besi remaja putri. Pemberian suplemen ini dilakukan untuk mencegah anemia, yang dapat mengurangi daya tahan tubuh, membuat mereka lebih rentan terhadap penyakit infeksi, kehilangan kebugaran, dan kehilangan konsentrasi berpikir. Karena kekurangan oksigen ke sel otot dan sel otak, yang mengakibatkan penurunan prestasi belajar dan, dalam jangka panjang, anemia pada ibu hamil,

yang meningkatkan risiko persalinan, kematian bayi, dan infeksi penyakit (Nabila, 2024).

Hemoglobin adalah sebuah kompleks protein yang terdiri dari heme dan globin, yang mengandung banyak zat besi. Salah satu fungsinya adalah mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh bagian tubuh atau jaringan tubuh. Saat kadar hemoglobin dalam darah seseorang berada di bawah batas normal, itu menandakan bahwa orang tersebut mengalami (Adriani & Fadilah, 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di Desa Joton pada tanggal 14 April 2025 terdapat jumlah remaja putri sebanyak 262 orang, studi pendahuluan yang peneliti lakukan melalui wawancara dengan bidan desa menurut keterangan dari bidan desa, terdapat sebanyak 14 remaja putri yang teridentifikasi mengalami anemia berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan pada kegiatan posyandu remaja bulan Agustus tahun 2024. Seluruh remaja putri telah menerima 10 tablet tambah darah yang disalurkan oleh Dinas Kesehatan. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti pada 5 orang remaja pada tanggal 15 April 2025 menunjukkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia antara lain ketidakteraturan siklus menstruasi serta pola makan yang tidak teratur. Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Gambaran Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Joton.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan anemia pada remaja putri di Indonesia teridentifikasi adanya peningkatan di tunjukan frekuensi kejadian anemia di Indonesia pada tahun 2019 pada wanita dalam rentang usia produktif 15-49 tahun. Pada tahun 2022, prevalensi anemia di Provinsi Jawa Tengah menunjukkan bahwa anemia dianggap sebagai masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Hasil survei profil kesehatan Kabupaten Klaten tahun 2019 36,2% remaja di Klaten mengalami anemia. Tingginya jumlah remaja putri di Desa Joton serta faktor risiko anemia seperti menstruasi tidak teratur dan pola makan yang tidak

teratur mendorong peneliti untuk mengkaji gambaran anemia pada kelompok tersebut.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang telah diuraikan diatas di peneliti tertarik untuk merumuskan masalah, “Bagaimana kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Joton, Jogonalan, Klaten?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan anemia pada remaja putri di Desa Joton, Jogonalan, Klaten

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden remaja di desa Joton meliputi: umur, pekerjaan orang tua, pendidikan terakhir, IMT, kadar hemoglobin
- b. Mendeskripsikan kejadian anemia remaja putri di Desa Joton

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian Karya Tulis (KTI) ini diharapkan dapat memperluas ilmu pengetahuan masyarakat mengenai masalah anemia khususnya mengenai kejadian anemia pada remaja putri di Desa Joton, Jogonalan, Klaten.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian Karya Tulis (KTI) ini diharapkan dapat memperluas ilmu pengetahuan masyarakat mengenai masalah anemia khususnya mengenai kejadian anemia pada remaja putri di Desa Joton, Jogonalan, Klaten.

a. Bagi Puskesmas

Penelitian tersebut diharapkan bisa digunakan sebagai sumber informasi bagi pemerintah (Dinas Kesehatan Ataupun Puskesmas)

untuk membuat kebijakan mengenai pencegahan anemia, contohnya dengan memberikan tablet tambah darah kepada remaja putri.

b. Bagi Masyarakat

Sebagai pengetahuan umum khususnya bagi para remaja akhir di kelurahan Joton tentang kadar hemoglobin yang berdampak terhadap kesehatan tubuh.

c. Bagi Remaja Putri

Untuk menambah pengetahuan dan meningkatkan pemahaman remaja putri tentang kadar hemoglobin serta memotivasi remaja putri untuk menjaga kadar hemoglobin.

d. Bagi Perawat

Melalui peran edukatif ini, perawat dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pentingnya menjaga kadar hemoglobin, pola makan bergizi, serta pencegahan anemia. Peran perawat sebagai edukator sangat relevan dalam kegiatan posyandu remaja, yang menjadi salah satu wadah pelayanan kesehatan berbasis masyarakat.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dan memberikan informasi mengenai gambaran kejadian anemia pada remaja putri.

E. Keaslian Penelitian

1. (Atik et al., 2022) “ Gambaran Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMK Wilayah Dataran Tinggi”. **Metode penelitian:** Variabel dalam penelitian ini adalah kadar hemoglobin. Penelitian ini dilakukan secara sekaligus pada suatu waktu, artinya setiap objek hanya diobservasi sekali saja. populasi dalam penelitian ini adalah siswi putri kelas X dan kelas XI sejumlah 58 orang. Sampel dan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sebanyak 58 orang. Teknik Analisis data menggunakan analisis *univariat* yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan

karakteristik setiap variabel penelitian yang akan menghasilkan distribusi dan presentase dari setiap variabel. Analisis yang digunakan adalah anilis deskriptif dengan bantuan SPSS 19. Umum, jumlah anggota keluarga, pekerjaan orang tua, dan Indeks Masa Tubuh (IMT). **Hasil penelitian :** Didapatkan 58 responden remaja putri di SMK untuk melihat kadar hemoglobin menunjukkan hasil bahwa rata-rata kadar hemoglobin pada siswa putri di SMK Tarunatama adalah 14,54 gr/dL dan dari karakteristik responden, sebagian besar siswi putri di SMK Tarunatama berusia 15 tahun, yakni sebanyak 50%, jumlah anggota keluarga 58,6% adalah 4 orang dalam satu rumah, 75,9% orang tua siswa bekerja sebagai seorang petani, dan 50% siswa putri memiliki IMT normal SPSS 19. **Perbedaan pada penelitian ini terletak pada:** Tempat penelitian ini dilakukan di SMK Tarunatama Getasan Semarang, sedangkan tempat penelitian peneliti dilakukan di Desa Joton, Peneliti ini menggunakan teknik pengambilan sample total sampling, sedangkan penelitian saya menggunakan metode pengambilan sampel *Sampling insidental*

2. (K. I. T. Dewi et al., 2023) “Gambaran Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri (Studi Kasus di SMA Negeri 2 Denpasar)”. **Metode Penelitian :** Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan populasi sebanyak 859 remaja putri di SMA Negeri 2 Denpasar. Responden berjumlah 42 orang yang ditentukan secara *proportionate stratified random sampling*. Data umur dan kepatuhan konsumsi TTD didapatkan dengan melakukan wawancara kepada responden. Data status gizi didapatkan dengan menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) Data kadar hemoglobin didapatkan dari sampel darah kapiler responden yang diperiksa dengan metode point of care testing (POCT) menggunakan alat Easy Touch GCHb. Data dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk narasi dan tabel. **Hasil penelitian :** menunjukkan bahwa kadar hemoglobin paling banyak normal yaitu sebanyak 29 responden (69,0%), kadar hemoglobin rendah sebanyak 7 responden (16,7%), dan kadar hemoglobin tinggi sebanyak 6 responden (14,3%). **Perbedaan pada**

penelitian ini terletak pada: Tempat penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 2 Denpasar, sedangkan tempat penelitian peneliti dilakukan di Desa Joton, Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik sampling *non-probability sampling* dengan metode *Sampling insidental*.

3. (Hidayani et al., 2025) “Gambaran Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri SMA Negeri 5 Palangka Raya”. **Metode penelitian:** Pemeriksaan langsung terhadap kadar Hemoglobin (Hb) menggunakan peralatan kesehatan praktis POCT (*Point Of Care Test*). Spesimen yang dipakai pada alat Kesehatan ini berupa darah kapiler siswa SMA Negeri 5 Palangka Raya. Darah pertama yang keluar dihapus menggunakan kapas kering, kemudian darah yang selanjutnya keluar diteteskan pada strip parameter pemeriksaan dan dibaca pada alat meter POCT untuk memperoleh hasil pemeriksaan. **Hasil penelitian :** Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebanyak 54,7% remaja putri masuk dalam kategori tidak anemia, 23,1% masuk dalam kategori anemia ringan, 21,1% masuk kedalam kategori anemia sedang dan 1,1% masuk dalam kategori anemia berat. Diketahui pada pemeriksaan hemoglobin didapatkan 6 orang sedang dalam menstruasi, sedangkan 5 orang lainnya pasca menstruasi. **Perbedaan pada penelitian ini terletak pada:** : Tempat penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 5 Palangka Raya, sedangkan tempat penelitian peneliti dilakukan di Desa Joton. Penelitian ini memiliki kesamaan yaitu menggunakan POCT (*Point Of Care Test*).