

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah kelompok usia berumur 10-22 tahun yang cenderung mengalami ketidakstabilan emosi dan mudah dipengaruhi oleh orang lain. Mereka juga memiliki dorongan untuk mencoba hal-hal baru, seperti mengonsumsi alkohol, mengkonsumsi narkoba, merokok, dan terlibat dalam seks bebas. Keinginan untuk mencoba hal-hal baru ini timbul dari rasa ingin tahu yang besar (Asmawati, 2024). Menurut WHO 2015 remaja adalah kelompok usia antara 10 hingga 19 tahun. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja didefinisikan sebagai individu berusia 10 hingga 18 tahun. Masa remaja merupakan periode yang rentan terhadap risiko kesehatan, ada fase ini tubuh mengalami perkembangan yang cepat dan memerlukan asupan gizi yang cukup. Namun, sering kali kebutuhan gizi tersebut tidak dipenuhi yang menyebabkan berbagai masalah kesehatan, salah satunya adalah anemia (Pratama & Sari, 2021).

Kesehatan remaja merupakan salah satu kunci keberhasilan pembangunan Kesehatan yaitu untuk membentuk generasi penerus yang berkualitas di masa depan. Remaja yang memasuki usia produktif akan menjadi aset berharga jika mereka memiliki kualitas yang baik. Sebaliknya, jika mereka tidak berkualitas justru akan menambah beban bagi negara. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang mendukung perkembangan remaja yang sehat dan produktif agar mereka memiliki masa depan yang lebih baik (Lubis, 2022).

Remaja menjalani berbagai kegiatan, baik di sekolah maupun di luar sekolah, yang membuat mereka kesulitan untuk memperhatikan waktu makan serta kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Hal ini sering menyebabkan remaja merasa cepat lelah dan lemas. Namun, rasa lelah

tersebut juga bisa disebabkan oleh anemia, atau sering dikenal sebagai kurang darah (Mutmainnah, Patimah, 2021).

Anemia adalah kondisi di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah batas normal (12-16 g/dL) untuk usia dan jenis kelamin tertentu. Menurut WHO 2015, seseorang dikatakan anemia jika kadar hemoglobinya kurang dari 12 g/dL, terutama pada anak usia 12-14 tahun dan perempuan tidak hamil berusia 15-18 tahun. Prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja perempuan tercatat sebesar 84,6%. Remaja adalah masa transisi dari anak-anak ke dewasa, yang dimulai pada usia 14 tahun untuk laki-laki dan 12 tahun untuk perempuan. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan anemia pada remaja antara lain infeksi penyakit kronis, menstruasi yang berlebihan, pola makan yang buruk atau penyerapan gizi yang tidak memadai, kurangnya konsumsi suplemen zat besi seperti tablet tambah darah, tidur tidak teratur yaitu kurang dari 7-8 jam setiap malam, aktivitas berlebihan, dan perdarahan yang tiba-tiba seperti pendarahan kecelakaan. Selain itu faktor yang dapat mempengaruhi kondisi anemia adalah pengetahuan, sikap, dan tingkat ekonomi (Silitonga, 2021).

Defisiensi anemia dapat memberikan dampak buruk pada remaja jika tidak segera ditangani dengan tepat. Gejala anemia seperti rasa lemah, letih, dan lesu sering dianggap biasa karena banyaknya aktivitas yang dilakukan oleh remaja. Bagi remaja putri, dampak anemia juga bisa menyebabkan penurunan konsentrasi belajar, menurunnya tingkat kebugaran dan aktivitas fisik, terhambatnya perkembangan motorik, mental, dan kecerdasan, serta mengganggu pertumbuhannya (Lubis, 2022).

Remaja putri merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap anemia. Karena itu, program penanggulangan anemia gizi dirancang dengan sasaran utama pada remaja putri tingkat SMP, SMA, dan sederajat, serta wanita di luar sekolah. Meskipun demikian, prevalensi anemia di kalangan remaja putri masih cukup tinggi, yang menunjukkan bahwa

anemia tetap menjadi masalah kesehatan penting di Indonesia. Remaja putri memiliki kemungkinan sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Penyebab utamanya adalah karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan dan berada dalam masa pertumbuhan, sehingga membutuhkan lebih banyak zat besi (Utri, 2020).

Kejadian anemia tidak jauh dari masalah kesehatan, bahkan dampaknya dinilai sebagai masalah yang sangat serius terhadap Kesehatan. Masalah Kesehatan yang berkaitan dengan anemia pada remaja dapat berdampak pada menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasaan otak, meningkatkan risiko menderita penyakit infeksi karena daya tahan tubuh menurun (Andira et al., 2025).

Anemia dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti rendahnya asupan zat besi dalam makanan yang sulit diserap tubuh. Selain itu, saat tubuh kehilangan darah, produksi sel darah merah harus meningkat, yang membuat kebutuhan zat besi juga ikut bertambah. Anemia pada remaja terutama disebabkan oleh kebutuhan zat besi yang meningkat akibat pertumbuhan dan menstruasi, serta faktor kekurangan nutrisi, kehilangan darah, gangguan kesehatan tertentu, kurangnya waktu untuk tidur, dan aktivitas tidak seimbang. Ketika simpanan zat besi dalam tubuh habis dan penyerapan dari makanan terbatas, tubuh akan memproduksi sel darah merah dalam jumlah yang lebih sedikit dengan kandungan hemoglobin yang lebih rendah (Friska, Hesteria, 2021).

Pada umumnya anemia dapat disebabkan oleh beberapa hal, seperti kurangnya pengetahuan tentang anemia, kekurangan zat besi, asam folat, vitamin B12 dan vitamin A. Anemia dapat terjadi karena kurangnya produksi sel darah merah dan kehilangan darah secara akut maupun menahu (Kusuma, 2022).

Pada penelitian (Rusminingsih et al., 2023) dengan judul “Pencegahan Anemia Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Remaja di

SMAN 4 Klaten". Didapatkan hasil Rata-rata skor pengetahuan remaja sebelum diberikan penyuluhan 67 dan setelah diberikan penyuluhan tentang pencegahan anemia rata-rata skor pengetahuan menjadi 86,6. Dapat disimpulkan bahwa pemberian penyuluhan pada remaja efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan anemia. Lingkungan sekolah merupakan area yang potensial dikembangkan sebagai target yang efektif dalam mempromosikan kesehatan yang berkaitan dengan masalah kesehatan remaja.

Prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun di Indonesia adalah sekitar 18,4% menurut Riskesdas 2013. Prevalensi anemia pada remaja putri usia 10-18 tahun dilaporkan mencapai 57,1%, dan pada usia 19-45 tahun sebesar 39,5%. Anemia pada remaja berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, stamina, dan produktivitas kerja. Studi di beberapa SMA di tiga kabupaten di Jawa Tengah menemukan prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 26,3%. Faktor yang berhubungan dengan anemia di Jawa Tengah antara lain kebiasaan sarapan, uang saku harian, dan tinggi badan ayah. Studi di SMK An Nur Tegal, Jawa Tengah, menekankan pentingnya deteksi dini, pemeriksaan faktor risiko, dan edukasi pencegahan anemia pada remaja. Studi di Klaten, Jawa Tengah, pada 200 remaja putri usia 15-19 tahun menunjukkan risiko anemia meningkat pada remaja dengan pengetahuan rendah, pendapatan keluarga rendah, asupan nutrisi buruk, pola menstruasi tidak teratur, dan tidak mengonsumsi tablet besi. Prevalensi anemia pada remaja putri di Klaten sebesar 19% dan pada remaja laki-laki sebesar 5%. Konsumsi makanan kaya zat besi dan vitamin A secara rutin berhubungan dengan penurunan risiko anemia pada remaja di Klaten.

Anemia pada remaja di Indonesia, khususnya di Jawa Tengah dan Klaten, masih menjadi masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi cukup tinggi. Faktor risiko utama meliputi pengetahuan, status ekonomi, pola makan, dan kebiasaan menstruasi. Intervensi yang disarankan adalah

edukasi gizi, peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi dan vitamin A, serta suplementasi tablet besi.

Pencegahan anemia pada remaja dapat dilakukan dengan cara memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada remaja tentang anemia dan dampak yang dapat dialami pada remaja, mengkonsumsi makanan bergizi, konsumsi makanan yang mengandung zat besi vitamin c serta vitamin B12, menambah pemasukan zat besi kedalam tubuh dengan konsumsi tablet tambah darah, tidur cukup yaitu 7-8 jam setiap malam, serta melakukan aktivitas yang seimbang. Salah satu faktor penyebab tingginya angka anemia adalah kurangnya kesadaran masyarakat, terutama di kalangan remaja, tentang pencegahan anemia defisiensi zat besi (AP Utari, G Kostania, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan januari di SMP Negeri 7 Klaten, diperoleh data bahwa Sebagian besar siswi belum memahami pentingnya pencegahan anemia. Selain itu wakil kepala sekolah menyatakan bahwa angka kehadiran siswi dalam program pembagian TTD masih rendah dan belum didukung dengan edukasi berkelanjutan. Hasil studi pendahuluan ini menunjukkan perlunya intervensi edukatif guna meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang pencegahan anemia, sehingga dapat menurunkan resiko anemia sejak remaja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk membuat sebuah pengelolaan kasus dalam bentuk studi kasus tentang “Pemberian Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 7 Klaten”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian karya tulis ilmiah ini adalah untuk melakukan studi kasus tentang “Pemberian Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 7 Klaten”

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah untuk mendapatkan pengalaman dan menambahkan wawasan dalam menggambarkan penatalaksanaan “Pemberian Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 7 Klaten”

Adapun tujuan khusus dari penelitian karya tulis ilmiah ini adalah untuk mendapatkan pengalaman nyata dalam hal:

- a Mengidentifikasi pengetahuan remaja tentang pencegahan anemia
- b Merumuskan diagnosa keperawatan tentang pengetahuan pencegahan anemia
- c Mengidentifikasi perencanaan tindakan keperawatan yaitu pemberian edukasi pencegahan anemia
- d Mengidentifikasi pelaksanaan keperawatan yaitu memberikan edukasi pencegahan anemia
- e Mengidentifikasi evaluasi keperawatan dengan mengidentifikasi pengetahuan remaja setelah pemberian edukasi

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dalam bidang Keperawatan tentang Edukasi Pencegahan Anemia.

2. Manfaat Paktis

a Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam pelaksanaan pemberian edukasi pencegahan anemia pada remaja putri di Smp Negeri 7 Klaten, sebagai bagian

dari upaya untuk memenuhi tugas akhir Program D-III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Klaten.

b Bagi Tempat Penelitian

- 1) Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran tentang Anemia:
Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan dan pemahaman remaja putri mengenai anemia dan pencegahannya. Hal ini dapat berkontribusi pada upaya pencegahan dan penanganan anemia di sekolah.
- 2) Meningkatkan Mutu Pendidikan Kesehatan: Temuan dari penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk mengembangkan program pendidikan kesehatan yang lebih efisien mengenai anemia dan pencegahannya untuk remaja putri. Hal ini diharapkan dapat berkontribusi pada peningkatan mutu pendidikan kesehatan di sekolah.
- 3) Meningkatkan Citra Sekolah: Melalui partisipasinya dalam penelitian ini, SMP N 7 Klaten dapat meningkatkan citranya sebagai lembaga yang peduli terhadap kesehatan remaja putri.

c Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan dan memberikan kontribusi terhadap kegiatan proses pembelajaran di bidang keperawatan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
1 Arlita Noviani (2023)	Gambaran Tindakan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri Kelas XII Di Sma Negeri 1 Jetis Bantul	a. Metode Penelitian: Deskriptif Kuantitatif b. Desain: cross sectional c. Populasi: semua remaja putri kelas XII di SMA Negeri 1 Jetis	Hasil penelitian tindakan pencegahan anemia remaja putri didapatkan hasil dari 186 responden, sebanyak 119 responden (64,0%) memiliki tindakan	Populasi dan sampel penelitian, Waktu dan tempat penelitian, hasil penelitian

	Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
			d. Sampel: 186 remaja putri kelas XII di SMA Negeri 1 Jetis	pencegahan anemia cukup, 37 responden (19,9%) memiliki tindakan pencegahan anemia kurang, dan 30 responden (16,1%) memiliki tindakan pencegahan baik.	
2	Nur Kayatoi (2023)	Pengaruh Pendidikan Gizi Untuk Pencegahan Anemia pada Anemia Remaja Putri dengan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Di Desa Ngombakan	a. Metode Penelitian: deskriptif kuantitatif b. Desain: <i>one group pretest-postest design</i> c. Populasi: Semua Remaja putri Karang Taruna Desa di Desa Ngombakan d. Sampel: 53 remaja putri yang bersedia menjadi sampel	Dari hasil penelitian diperoleh distribusi frekuensi tingkat pengetahuan tentang anemia <i>pretest</i> pengetahuan anemi cukup yaitu sebanyak 34 subjek (64%), pengetahuan anemia baik sebanyak 12 subjek (23%) dan pengetahuan anemia kurang sebanyak 7 subjek (13%) dan <i>postest</i> edukasi tingkat pengetahuan anemia baik yaitu sebanyak 35 subjek (66%) dan 18 subjek (34%) memiliki tingkat pengetahuan cukup	Populasi dan sampel penelitian, Waktu dan tempat penelitian, variable penelitian, hasil penelitian
3	Chelsea Soraya Razy (2020)	Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia dan Sikap Pencegahan Anemia dengan Pola Konsumsi Pangan Sumber zat Besi Pada remaja Putri Sma/k Kabupaten	a. Metode Penelitian: Deskriptif kuantitatif b. Desain: <i>Cross sectional</i> c. Populasi: siswa SMAN 1 Tambun Selatan, SMAN 5 Tambun Selatan, SMK Telekomunikasi	Dari penelitian tersebut dihasilkan sebagian besar berusia 17 tahun (42,2%) dan memiliki status gizi normal (81,7%). Dihasilkan remaja memiliki tindakan pencegahan anemia cukup sebesar 87,8% dan	Populasi dan sampel penelitian, Waktu dan tempat penelitian, variable penelitian, hasil penelitian

	Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
	Bekasi 2020	Tahun Telesandi Bekasi Kabupaten Bekasi d. Sampel: 180 Responden Remaja Putri dari SMA/K Kabupaten Bekasi	di kurang sebanyak 59,4%. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan anemia kurang dari pola konsumsi sumber pangan zat besi cukup yaitu 75,7%.	tindakan anemia	
3	Stefani Dewi Putri Ningsih Wende (2023)	Asuhan Keperawatan Putri pada Remaja Putri dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Baru	a. Metode Penelitian: Deskriptif kualitatif b. Desain: Asuhan keperawatan c. Populasi: Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Baru d. Sampel: 2 Remaja Putri yang Bersedia Menjadi Responden	Pada 2 responden di hasil pengkajian didapatkan kesamaan keluhan mudah lelah, pusing, mata berkunang- kunang. Dan terdapat diagnosa berbeda serta perencanaan dan pelaksanaan keperawatan yang berbeda. pada evaluasi terdapat kesamaan salah satu diagnosa teratasi.	Metode dan desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, Waktu dan tempat penelitian, hasil penelitian

