

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kekurangan zat besi, vitamin B12, dan asam folat dapat memicu munculnya fenomena kesehatan tertentu diantaranya terganggu proses pembentukan hemoglobin yang berujung pada anemia. Hal ini diperparah pada kelompok usia remaja yang memiliki kebutuhan zat gizi tinggi namun sering mengalami defisiensi akibat pola makan yang tidak seimbang (WHO, 2021).

Anemia bisa terjadi akibat ketidakcukupan asupan zatgizi esensial yang berperan dalam proses pembentukan sel darahmerah, antara lain zat besi, vitamin B12, asam folat, serta protein. Menurut World Health Organization (WHO) bahwa defisiensi zat besi menjadi penyebab paling dominan anemia, yang diperkirakan berkontribusi sekitar 50% dari total kasus anemia di seluruh dunia. Zat besi yang tidak tercukupi dapat disebabkan oleh pola makan monoton, rendahnya makan lauk hewani, dan kurangnya pengetahuan gizi.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri 32%. Artinya, sekitar satu dari tiga remaja putri menderita anemia, yang disebabkan kekurangan gizi,terutama defisiensi zat besi. Kondisi ini perlu mendapat perhatian serius, mengingat remaja putri berada pada masa pertumbuhan dengan kebutuhan gizi yang lebih tinggi. Apabila tidak ditangani, anemia pada masa remaja berpotensi berlanjut hingga dewasa dan meningkatkan risiko komplikasi ketika hamil.

Hasil Survey Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi anemia pada remaja 15,5% mengalami penurunan signifikan dibandingkan Riskesdas 2018 yang mencatat angka sebesar 32%. Meski demikian, angka ini masih menunjukkan perlunya penanganan serius untuk mencegah dampak jangka panjang terhadap kesehatan dan produktivitas remaja. Hasil Survey Kesehatan Indonesia (SKI) remaja putri yang membeli tablet tambah darah dalam 1 tahun terakhir 72,5%. Namun TTD yang diperoleh tidak semua diminum secara teratur dalam hasil survey tersebut 29,8% alasan tidak diminum karena rasa dan bau tidak enak serta 23,4% lupa.

Pada hasil pemeriksaan Hemoglobin tahun 2023 siswi SMP dan SMA di wilayah kerja Puskesmas Mantrijeron dari jumlah 348 siswi yang diperiksa dengan hasil anemia 128 (36,78%). Tahun 2024 dari 366 siswi kelas 7 SMP dan kelas 10 SMA dengan hasil 103 siswi anemia (9,78%). Dari hasil perhitungan prevalensi tertinggi terdapat di SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta dengan prevalensi 42,11%.

Anemia merupakan kondisi multifaktorial yang dipengaruhi oleh berbagai aspek, baik dari segi gizi, kesehatan, maupun sosial-ekonomi. Penelitian oleh Sari et al. (2017) menunjukkan 78% remaja putri yang asupan zat besinya di bawah AKG mengalami anemia ringan hingga sedang. Kebiasaan melewatkan sarapan, konsumsi makanan cepat saji, dan rendahnya konsumsi makanan hewani menyebabkan rendahnya asupan zat gizi penting. Hasil studi oleh Lestari dan Nurul (2019) menyatakan remaja yang tidak sarapan secara rutin lebih berisiko anemia 1,8 kali dibanding yang sarapan setiap hari.

Remaja putri mengalami kehilangan darah setiap bulan akibat menstruasi, yang dapat memperparah kondisi anemia apabila tidak disertai dengan asupan zat besi yang memadai. World Health Organization (WHO, 2021) menyatakan bahwa wanita usia subur memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap anemia karena perdarahan saat menstruasi serta meningkatnya kebutuhan zat besi.

Kondisi ini menunjukkan pentingnya penelitian mengenai faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi status anemia di SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan data ilmiah sebagai dasar dalam penyusunan program intervensi gizi yang tepat guna menurunkan prevalensi anemia.

Dari hasil studi pendahuluan pada 5 siswi di SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta didapatkan hasil 5 siswi anemia (100%), tingkat pengetahuan baik 80% dan cukup baik 20%, dari 5 siswi semua tidak minum tablet tambah darah yang sudah diberikan oleh sekolah dan lamanya menstruasi siswi dalam kategori normal yaitu 2-7 hari.

B. Rumusan Masalah

Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi anemia di SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi anemia di SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan anemia dengan anemia di SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta
- b. Mengetahui hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan anemia di SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta
- c. Mengetahui hubungan lama menstruasi dengan anemia di SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian deskriptif ini untuk mengetahui gambaran faktor yang mempengaruhi anemia di SMK Muhammadiyah 4 Kota Yogyakarta tahun 2025. Penelitian ini akan dilakukan bulan Juni 2025

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan masukan bagi petugas Puskesmas dalam upaya meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan pada remaja putri serta mengoptimalkan derajat kesehatan guna mencegah risiko yang ditimbulkan oleh anemia.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Siswa SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta

Diharapkan bisa memperluas pengetahuan siswa mengenai anemia serta faktor yang memengaruhi terjadinya anemia.

b. Bagi UPT Puskesmas Mantrijeron

Memberikan masukan bagi petugas Puskesmas untuk mengoptimalkan derajat kesehatan guna menurunkan risiko anemia yang berdampak pada kesehatan remaja.

c. Bagi Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta

Penelitian diharapkan dapat menjadi tambahan informasi yang berguna dalam upaya penurunan anemia.

d. Bagi pihak Sekolah

Diharapkan dapat menjadi acuan pihak sekolah dalam pemberian materi kepada siswa terkait kesehatan.

e. Bagi Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta

Diharapkan dapat menjadi pertimbangan kebijakan atau sebagai acuan untuk memperbaiki kebijakan. Sehingga dapat memberikan salah satu solusi dari masalah anemia di Sekolah.

F. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Dian et al. (2007) berjudul *“Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes Tahun 2007”* bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi anemia pada remaja putri. Variabel bebas berupa tingkat pendapatan keluarga, pendidikan ibu, status gizi, menstruasi, tingkat pengetahuan, serta konsumsi zat besi. Populasi penelitian meliputi 255

siswi SMA Negeri 1 Jatibarang, dengan jumlah sampel minimal 70 siswi. Desain penelitiannya adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Hasil penelitian menunjukkan variabel yang memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia yaitu pendapatan keluarga ($p=0,035$), pendidikan ibu ($p=0,040$), status gizi ($p=0,002$), dan menstruasi ($p=0,015$). Sementara itu, tingkat pengetahuan tentang anemia ($p=0,416$) dan konsumsi zat besi ($p=0,592$) tidak menunjukkan hubungan yang bermakna. Persamaan dengan penelitian ini, variabel pengetahuan tentang anemia, sedangkan perbedaannya terdapat pada penggunaan variabel kepatuhan konsumsi TTD dan lama menstruasi.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Sarah Salsabila (2018) berjudul “*Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja di SMP Muhammadiyah Serpong*” bertujuan untuk mengetahui faktor yang berkaitan dengan kejadian anemia pada remaja. Variabel bebas yang dikaji meliputi obesitas, asupan zat besi dari pangan, menstruasi, serta penyakit infeksi. Populasi penelitiannya seluruh siswa kelas VII sampai IX SMP Muhammadiyah Serpong, dengan jumlah sampel sebanyak 88 siswa. Desain penelitiannya metode kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara obesitas ($p=1,000$), asupan zat besi ($p=0,208$), menstruasi ($p=0,079$), maupun penyakit infeksi

($p=1,000$) dengan kejadian anemia pada remaja. Persamaan penelitian pada variabel menstruasi, sedangkan perbedaannya terletak pada penggunaan variabel kepatuhan konsumsi TTD dan tingkat pengetahuan tentang anemia.

3. Penelitian dilakukan oleh Arfiyah (2019) berjudul “*Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP Negeri 21 Kelurahan Kenali Asam Bawah, Kota Jambi*” bertujuan untuk mengetahui gambaran faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri. Populasi adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII SMP Negeri 21, sebanyak 140 siswa, dengan sampel sebanyak 33 siswa. Variabel bebas yang dianalisis meliputi pengetahuan, sikap, dan peran keluarga. Penelitian menggunakan metode deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan 81,8% remaja putri mengalami anemia. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang baik yaitu 18 siswa (54,5%), sikap negatif 18 siswa (54,5%), dan peran keluarga yang kurang baik 23 siswa (69,7%). Persamaan penelitian ini yaitu pada variabel pengetahuan tentang anemia, sedangkan perbedaannya terletak pada lama menstruasi dan kepatuhan konsumsi TTD.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Ada hubungan tingkat pengetahuan dengan anemia di SMK Muhammadiyah 4 Yogyakarta ($p = 0,006$; $OR = 5,1$).
2. Tidak ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan anemia. ($p = 0,632$; $OR = 1,84$).
3. Tidak ada hubungan lama menstruasi dengan anemia ($p = 0,839$; $OR = 1,15$).

B. SARAN

1. Bagi pihak sekolah, untuk pemberian tablet tambah darah 1 minggu sekali, memasukkan materi terkait anemia dan cara pencegahannya ke dalam mata pelajaran serta pelibatan guru dan orang tua dalam mendukung kebiasaan makan sehat sangat dianjurkan untuk mengurangi angka kejadian anemia di kalangan remaja putri.
2. Bagi tenaga kesehatan, khususnya petugas Puskesmas melakukan pemantauan konsumsi tablet tambah darah secara berkala perbulan serta melakukan evaluasi terhadap efektivitas program tersebut.
3. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi kejadian anemia, seperti pola makan, frekuensi konsumsi sumber zat besi, atau faktor hormonal, dengan jumlah sampel yang lebih besar dan desain penelitian yang lebih kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Djaeni. (2000). *Ilmu Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Almatsier, S. (2012). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Arisman, M.B. (2014). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- BKKBN. (2013). *Profil Kependudukan dan Keluarga Berencana*. Jakarta: BKKBN.
- Depkes RI. (1998). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Departemen Kesehatan RI. (2009). *Pedoman Pengukuran Status Gizi*. Jakarta: Depkes RI.
- Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta. 2017. *Pedoman Penanggulangan Anemia Remaja Putri Berbasis Pemberdayaan Masyarakat*. Daerah Istimewa Yogyakarta: Dinkes DIY
- Djaeni, A. (2010). *Kesehatan Reproduksi Remaja*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Fikawati, S., Syafiq, A., & Fikawati, F. (2017). *Gizi Remaja*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kementrian Kesehatan. 2015. *Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah*. Jakarta: Kementrian Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Permenkes No. 25 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementrian Kesehatan. 2018. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Kementrian Kesehatan
- Lestari, N., & Nurul, H. (2019). Hubungan Sarapan Pagi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 7(3), 115–121.
- Mardalena. (2017). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Masthalina, R., dkk. (2015). *Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 21–30.
- Notoadmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmodjo, S. (2020). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Palestin, R. (2009). *Etika Penelitian dalam Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Proverawati, A., & Asfuah, S. (2014). *Anemia dan Remaja Putri*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Putri, L. S. (2018). *Hubungan antara Menstruasi dan Anemia pada Remaja Putri*. Jurnal Kesehatan, 9(1), 22–28.
- Rahayu, E. (2010). *Pencegahan Anemia dengan Pola Makan Bergizi*. Jakarta: Gramedia.
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI.
- Sari, D., et al. (2017). *Hubungan Asupan Zat Besi dan Kejadian Anemia pada Remaja*. Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 14(1), 56–63.
- Sarwono, S. W. (2013). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Siahaan, S. (2012). *Gizi Remaja dan Perkembangannya*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- UNICEF. (2010). *Progress for Children: A Report Card on Adolescents*. New York: United Nations.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2011). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- World Health Organization (WHO). (2011). *Haemoglobin Concentrations for the Diagnosis of Anaemia and Assessment of Severity*. Geneva: WHO Press.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Global Nutrition Report: Anemia and Iron Deficiency*. Geneva: WHO Press.