

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan reproduksi remaja sampai saat ini masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang berpengaruh terhadap kualitas hidup remaja. Anemia sebagai salah satu permasalahan yang sering dihadapi oleh remaja perempuan, menunjukkan bahwa situasinya belum memuaskan. Masalah anemia tersebar luas baik di negara maju maupun negara berkembang. Salah satu upaya penanggulangannya, sesuai dengan rekomendasi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), adalah melalui pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) melalui Program Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB), (Kementerian Kesehatan RI, 2016) dalam (Krisma Yudina and Fayasari 2020). Pemerintah telah mengatur bahwa pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja putri sebaiknya dilakukan 1 kali seminggu, dengan dosis yang sesuai dapat membantu mencegah anemia dan meningkatkan simpanan zat besi dalam tubuh. Target populasi yang dituju adalah siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). (Permatasari et al, 2018) dalam (Krisma Yudina and Fayasari 2020).

Kepala Dinas Kesehatan provinsi Jawa Barat telah melakukan berbagai upaya untuk mencegah terjadinya anemia, antara lain melalui Pendidikan Gizi yang mencakup promosi gizi seimbang, fortifikasi pangan, dan pemberian suplemen Tablet Tambah Darah (TTD). Program Better Investment For Stunting Alleviation (BISA) telah memberikan dukungan dalam

penanggulangan anemia di Jawa Barat dengan melakukan serangkaian kegiatan, termasuk survei data dasar yang mencakup data remaja putri pada Februari 2020, penilaian rantai pasok produk gizi yang melibatkan logistik TTD remaja putri pada September 2020, pengembangan strategi komunikasi dan perubahan perilaku yang mencakup strategi komunikasi untuk program pencegahan anemia pada remaja putri pada Oktober 2020, serta penyelenggaraan lokakarya kolaboratif lintas sektor tingkat kabupaten dalam penerapan program pencegahan anemia pada remaja putri pada bulan Desember 2020 dan tingkat puskesmas dan sekolah pada bulan Januari 2021.(Rangga Igor 2021).

Pemerintah Kabupaten Bandung telah mengimplementasikan program penanggulangan anemia dengan menggabungkan upaya dari sekolah dan puskesmas. Mereka bekerja sama dalam menerapkan dan memantau program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD), serta memberikan pembinaan dan pengawasan terhadap pelaksanaannya. Program ini mencakup sosialisasi dan orientasi bagi pelaksanaan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD), di mana tim pelaksana UKS/M di madrasah bertanggung jawab untuk menetapkan jadwal konsumsi TTD dan berkoordinasi dengan puskesmas lokal dalam pengadaan kartu kepatuhan atau buku rapor kesehatan.

Kondisi penurunan anemia saat ini belum menggambarkan situasi yang belum sesuai harapan. Prevelensi anemia di Indonesia pada perempuan usia 15 tahun ke atas adalah 23%, masih jauh di atas angka minimum global yang mencapai 12%. Indonesia prevalensi anemia masih cukup tinggi menurut

hasil data riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi kejadian anemia di Indonesia 48,9% dengan penderita anemia berumur 15-24 tahun sebesar 84,6%. Adapun kejadian anemia pada remaja di Jawa Barat mencapai 42,4%. Kabupaten Bandung termasuk dalam kategori yang memiliki prevalensi cukup tinggi dengan kejadian anemia sebesar 12,9% pada tahun 2018.

Anemia merupakan kondisi di mana jumlah sel darah merah di dalam tubuh berkurang. Sel darah merah berperan penting dalam mengangkut hemoglobin, sebuah protein yang membawa oksigen ke seluruh tubuh. Kondisi anemia dapat timbul pada berbagai kalangan, termasuk remaja, di mana remaja perempuan memiliki risiko yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki. Gejala yang mungkin timbul akibat anemia antara lain kelelahan, kelemahan, dan hilangnya semangat. (Rahayu, Yulidasari, Putri, & Anggraini, 2019). Sebagaimana dijelaskan oleh Salah satu ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan kesehatan remaja adalah surah Al-Baqarah ayat 195, Ayat ini mengajarkan tentang pentingnya pengelolaan harta dan kehidupan secara bijaksana, termasuk pengelolaan kesehatan. Kesehatan remaja adalah bagian dari kehidupan yang harus diperhatikan dengan baik, dan penggunaan harta untuk menjaga kesehatan adalah suatu bentuk kebaikan yang dianjurkan.

Sebagian besar remaja putri belum memahami tentang anemia dengan baik dan benar, sehingga tidak melakukan pencegahan anemia seperti mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), akibatnya remaja putri merasakan dampak seperti mata berkunang-kunang dan pusing, adapun

dampak yang lain dari anemia menurut penelitian yang dilakukan oleh Mangalik et al., kerugian ekonomi yang diakibatkan karena Anemia Zat Gizi Besi (AGB) di Indonesia mencapai Rp 62,02 triliun per tahun atau sekitar US\$5,08 miliar. Nilai tersebut setara dengan 0,711% dari produk domestik bruto Indonesia. Kerugian tersebut dihitung berdasarkan penurunan kecerdasan, produktivitas kerja, dan peningkatan biaya perawatan akibat kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) (Alfiah, Yusuf, & Puspa, 2021). Dampak ini ditunjang dengan angka kejadian anemia saat ini di dunia dan negara berkembang termasuk Indonesia.

Pola makan dan durasi tidur yang tidak baik serta menstruasi yang cukup banyak menjadi penyebab anemia pada remaja putri (Aulya et al. 2022). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anggoro pada tahun 2020, ditemukan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian anemia di antara siswa kelas X SMA Negeri 1 Kalibawang. Faktor-faktor tersebut meliputi tingkat pengetahuan remaja tentang anemia, sikap remaja terhadap anemia, pola makan sehari-hari remaja, dan pendapatan keluarga. Selain itu, hasil penelitian oleh Musrah & Widyawati pada tahun 2019 juga menunjukkan bahwa anemia dapat dipicu oleh pola menstruasi dan pola tidur yang tidak optimal.

Pengetahuan mengenai anemia menjadi aspek yang krusial dalam upaya pencegahan kondisi tersebut. Pengetahuan yang dimiliki oleh seorang remaja dapat berpotensi memengaruhi kemungkinan mereka mengalami anemia. Hal ini dikarenakan pengetahuan tersebut dapat memengaruhi

kebiasaan makan, pola makan, dan preferensi dalam memilih jenis makanan. Ketidaktahuan mengenai anemia, termasuk gejalanya, dampaknya, dan cara pencegahannya, dapat mengakibatkan remaja mengonsumsi makanan dengan kandungan zat besi yang rendah, sehingga kebutuhan akan zat besi tidak tercukupi. Penyampaian informasi yang lebih luas dapat mendorong terjadinya perubahan perilaku yang lebih berkelanjutan. (Munir, Sari, and Hidayat 2022)

Kurangnya mengonsumsi sumber makanan yang kaya akan zat besi dan mudah diserap oleh tubuh termasuk juga pada pola makan yang merujuk pada kebiasaan dalam memperoleh makanan, termasuk frekuensi dan jenis makanan yang dikonsumsi dalam satu hari. Pola makan ini dirancang untuk memenuhi kebutuhan gizi, dan ketidaksesuaian pola makan dapat mengakibatkan asupan gizi (makronutrien dan mikronutrien) yang tidak mencukupi atau berlebihan. Faktor-faktor yang memengaruhi pola makan meliputi aspek ekonomi, agama, sosial, budaya, lingkungan, dan pengetahuan. Asupan zat besi yang kurang memadai, rendahnya konsumsi serat karena kurangnya konsumsi sayuran, potensi rendahnya asupan vitamin B12, dan masalah ketersediaan hayati zat besi yang buruk dari serat dapat menjadi faktor yang berkontribusi pada tingginya prevalensi anemia di negara-negara berkembang (Kefiyalew & Eshetu, 2018). Selain pola makan, durasi tidur yang tidak baik juga dapat menyebabkan anemia.

Beberapa faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri, yaitu asupan energi, asupan protein, asupan zat besi, asupan

vitamin C, kebiasaan minum teh atau kopi, investasi cacing, pengetahuan, pendidikan dan jenis pekerjaan orangtua, pendapatan keluarga, dan pola menstruasi. Anemia menyebabkan darah tidak cukup mengikat dan mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Bila oksigen yang diperlukan tidak cukup, maka akan berakibat pada sulitnya berkonsentrasi, daya tahan fisik rendah, aktivitas fisik menurun. (Mashuri, 2022)

Hasil penelitian menunjukkan remaja putri yang mengalami anemia sebanyak 25,6%, perilaku makan kurang baik sebanyak 44,4%, pengetahuan kurang baik sebanyak 65,6% tidak menutup kemungkinan jika anemia yang diderita oleh para partisipan disebabkan oleh pemilihan makanan yang tidak tepat karena pengetahuan yang minim yang dimiliki partisipan tentang anemia ataupun zat gizi. Selain itu juga karena persepsi yang salah tentang penyebab anemia. (Budiarti, Anik, and Wirani 2021)

Tidur merupakan fase di mana tubuh manusia pulih dan proses pemulihan otak terjadi, yang sangat penting untuk mencapai kesehatan yang optimal. Beberapa hal yang dapat memengaruhi kualitas tidur yang tidak baik adalah termasuk tekanan psikologis, kondisi kesehatan, gaya hidup, dan lingkungan sekitar. Salah satu dampak dari tidur yang buruk juga dapat menyebabkan penurunan kadar hemoglobin. (Mawo, 2019). Liu et al., (2018) dalam (Pibriyanti et al. 2023) menemukan bahwa durasi tidur yang lebih lama dan durasi tidur kurang dari standar menunjukkan hubungan terhadap kejadian anemia khususnya wanita kadar hemoglobin dalam darah dipengaruhi juga oleh gangguan tidur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 42,5% responden

terdapat pola istirahat yang buruk stress oksidatif yang muncul bermula dari kualitas tidur yang terganggu, dan apabila kondisi ini berlangsung lebih dari 12 jam dapat menyebabkan lisisnya eritrosit lebih cepat dari waktunya. Lisisnya eritrosit yang menyebabkan hemoglobin dalam darah rendah.

Bidan sebagai penyedia layanan kesehatan primer memiliki peran penting dalam menyediakan perawatan yang cepat dan tepat. Bidan perlu memiliki keterampilan untuk mengenali dini masalah kesehatan, memberikan perawatan yang komprehensif dan berkelanjutan, termasuk dalam kasus anemia. Salah satu tindakan yang dapat dilakukan adalah memberikan edukasi tentang anemia serta cara pencegahannya, seperti pemberian tablet zat besi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMPIT Fithrah Insani 2 kejadian anemia di sekolah tersebut tinggi pada siswi perempuannya dengan angka kejadian 75 %, untuk pencegahan anemia setiap 3 bulan sekali pihak sekolah bekerja sama dengan Puskesmas Jelekong untuk memberikan tablet Fe pada siswa SMPIT Fithrah Insani 2. Sebanyak 15 siswa yang di wawancara, 13 diantaranya menegtahui tentang anemia. Sebanyak 10 mengatakan jarang begadang dan 5 siswanya lagi sering begadang, dan mengkonsumsi makanan sayur sayuran, buah buahan, tetapi terkadang makan tidak sesuai waktu missal, kadang sarapan saja atau ada yang mulai makan di jam siang dan yang lainnnya. Kebiasaan buruk yang sering dilakukan ialah mereka sering jajan terutama mengkonsumsi mie instan.

Oleh karena itu, berdasarkan paparan yang telah diuraikan di latar belakang maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Kejadian Anemia Berdasarkan Tingkat Pengetahuan, Pola makan, dan Durasi Tidur Pada Remaja Putri di SMPIT Fithrah Insani 2, Kecamatan Baleendah, Kabupaten Bandung”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Seperti apa uraian gambaran kejadian anemia berdasarkan pengetahuan, pola makan, durasi tidur pada siswa SMPIT Fithrah Insani 2 Kecamatan Baleendah, Kabupaten Bandung?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis Gambaran kejadian anemia berdasarkan pengetahuan, Pola makan, durasi tidur pada Remaja Putri di SMPIT Fithrah Insani 2 Kecamatan Baleendah, Kabupaten Bandung.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kejadian anemia berdasarkan tingkat pengetahuan pada remaja Putri SMPIT Fithrah Insani 2 Kecamatan Baleendah, Kabupaten Bandung.
- b. Mengidentifikasi kejadian anemia berdasarkan pola makan pada remaja putri SMPIT di Fithrah Insani 2 Kecamatan Baleendah, Kabupaten Bandung.

- c. Mengidentifikasi kejadian anemia berdasarkan durasi tidur remaja Putri SMPIT di Fithrah Insani 2 Kecamatan Baleendah, Kabupaten Bandung.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan informasi yang dapat dijadikan referensi bagi pengembangan ilmu atau penelitian lebih lanjut khususnya tentang anemia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan tambahan pengetahuan dan menambah pengalaman penulis dalam bidang penelitian.

b. Bagi Instusi Pendidikan

Sebagai bahan literature di perpustakaan dan dapat memberikan informasi mengenai gambaran kejadian anemia berdasarkan pengetahuan, pola makan, durasi tidur.

c. Bagi pengembangan keilmuan

Hasil penelitian ini dapat memberi sumbangan pada perkembangan ilmu pengetahuan, dan memberikan gambaran tentang anemia.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika dalam penelitian antara lain sebagai berikut:

1. BAB I Pendahuluan: Latar Belakang Permasalahan, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Sistematika penulisan.
2. BAB II Tinjauan Pustaka dan Kerangka Teori: Tinjauan Teori (Mengenai Tingkat Pengetahuan, Anemia Pada Remaja, Pola Makan, Durasi Tidur), Penelitian Terdahulu, Kerangka Pemikiran.
3. BAB III: Jenis Penelitian, Variable Penelitian, Definisi Operasional, Poulasi Dan Sampel, Instrument Penelitian, Validitas Dan Reabilitas, Prosedur Penelitian, Tekhnik Analisa Data, Tempat Dan Waktu Penelitian, Etika Penelitian.
4. BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN: Hasil Penelitian yang telah dilakukan serta pembahasan dari hasil penelitian
5. BAB V Kesimpulan dan Saran: bab ini berisi simpulan dari hasil penelitian dan saran atau rekomendasi.
6. DAFTAR PUSTAKA