

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1. Latar Belakang

Anemia merupakan kondisi di mana kadar hemoglobin (Hb) yang ada di dalam darah berada di bawah nilai normal yaitu 11,5-12 gr/dL sehingga dapat mengganggu transportasi oksigen di dalam tubuh (WHO, 2011). Anemia merupakan kondisi ketika kadar Hb berada di bawah nilai normal (Manila, 2021). Di Indonesia, masalah anemia masih tergolong cukup tinggi dengan prevalensi anemia secara nasional yaitu sekitar 21,7% (Priyanto, 2018). Prevalensi remaja usia 15 hingga 24 tahun yang mengalami anemia di Indonesia tahun 2013 yaitu sekitar 18,4% (Risikesdas, 2013). Sedangkan pada tahun 2018 prevalensinya yaitu sekitar 32% (Risikesdas, 2018). Hal itu dapat diartikan bahwa terdapat 3 hingga 4 dari 10 remaja yang memiliki masalah anemia. Pada tahun 2018, angka masalah anemia yang terjadi pada remaja putri di Provinsi Banten dengan prevalensi anemia di tingkat nasional tahun 2018 yaitu sekitar 23% (Dinas Kesehatan Provinsi Banten, 2018).

Kemungkinan terjadinya anemia pada kelompok remaja putri sepuluh kali lebih besar dibanding remaja putra (Mayasari, 2019). Remaja putri memiliki kadar Hb normal yaitu >12 gr/dl (Astri, 2019). Anemia dapat terjadi karena terlalu cepat berkurangnya eritrosit atau terlalu lambatnya proses pembentukan eritrosit di dalam tubuh (Sulistyoningsih, 2011). Kejadian anemia lebih berisiko pada remaja putri dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan sehingga kebutuhan zat besi mereka meningkat (Mayasari, 2019). Selain itu, pola makan dan pola tidur juga dapat menjadi penyebab kejadian anemia (Satyagraha *et al*, 2020; Sari, 2019). Pola konsumsi yang tidak baik kerap dilakukan oleh remaja untuk mendapatkan tubuh ideal (Pace *et al*, 2018). Faktor pengetahuan dan tidak rutin konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) juga dapat menjadi faktor risiko terjadinya anemia (Budiarti *et al*, 2021). Selain itu, gangguan penyerapan zat besi akibat *inhibitor* dan *enhancer* dapat menjadi penyebab anemia (Wahyuningsih, 2013).

Masalah anemia pada remaja putri akan menyebabkan menghambatnya proses pertumbuhan, produktivitas kerja, menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, kebugaran, dan juga prestasi remaja putri (Manila, 2021). Selain itu, anemia terjadi akibat kurangnya konsumsi zat besi akan menyebabkan gejala wajah terlihat pucat, lelah, lesu, merasa sesak nafas, kurangnya nafsu makan, dan mengganggu proses pertumbuhan (Barasi, 2016). Sesuai dengan ciri seseorang yang mengalami anemia, remaja putri akan mengalami 5L yaitu lesu, lelah, letih, lemah, dan lalai (Alyarahmah, 2022). Sedangkan untuk dampak masalah anemia jangka panjang pada remaja putri yaitu nantinya mereka tidak mampu memenuhi zat gizi saat hamil sehingga meningkatkan risiko kelahiran prematur, BBLR (Berat Bayi Lahir Rendah), pendarahan sebelum dan ketika melahirkan, abortus, dan cacat bawaan (Briawan, 2018).

Anemia dapat disebabkan oleh pengetahuan (Amany, 2015). Pengetahuan sangat berperan penting dalam membentuk perilaku individu (Degei, 2020). Seseorang yang memiliki tingkat pengetahuan baik, maka perilaku konsumsi makannya akan semakin baik pula sehingga terhindar dari anemia (Amany, 2015). Sesuai dengan penelitian Ahdiah dkk (2018) yang menjelaskan adanya hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada siswi di SMA PGRI 4 Banjarmasin (*p-value* 0,037). Penelitian Simanungkalit & Simarmata (2019) juga menjelaskan adanya hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 4 Depok dan SMK Al-Hidayah Cinere (*p-value* 0,004).

Anemia juga berhubungan dengan waktu serta kualitas tidur (pola tidur) (Gayatri, 2020). Tidur merupakan kegiatan pemulihan tubuh agar kondisi kesehatan individu menjadi lebih optimal (Alyarahmah, 2022). Lingkungan dapat mendukung atau menghambat tidur individu (*Dimitriou et al*, 2015). Penelitian Sulistiono (2022) menjelaskan terdapat hubungan yang bermakna antara lingkungan dengan kualitas tidur responden (*p-value* 0,007). Apabila kebutuhan tidur remaja putri tidak tercukupi, maka stress oksidatif yang terjadi menjadi lebih lama. Hal itu akan membuat eritrosit di dalam tubuh pecah dan kadar Hb turun sehingga menyebabkan anemia (Afida, 2017). Pernyataan di atas sejalan dengan penelitian Oktavina (2018) yang menyatakan adanya hubungan pola tidur dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 2 Binjai (*p-value* 0,000). Selain

itu, penelitian Garno & Irene Putri (2020) juga menyatakan adanya hubungan kualitas tidur dengan anemia pada responden ( $p\text{-value} < 0,001$ ).

Kurang baiknya pola makan juga berhubungan dengan masalah anemia yaitu seperti mengonsumsi makan yang kurang baik untuk kesehatan, jam makan tidak teratur, serta menu yang tidak seimbang (Utami & Mahmudah, 2019). Oleh karena itu, remaja putri disarankan untuk lebih memperhatikan ketepatan waktu makan, jenis makanan, dan keseimbangan konsumsi makanan. Defisiensi zat besi (Fe) menyebabkan pembuatan sel darah merah pada sumsum tulang belakang tidak cukup sehingga kadar Hb menurun dan memicu anemia zat besi (Masrizal, 2007). Sedangkan protein berperan dalam proses penyimpanan, penyerapan, dan pendistribusian zat besi ke seluruh tubuh (Saunders, 2012). Oleh karena itu, apabila mengalami defisiensi protein, maka proses tersebut akan terganggu sehingga menyebabkan kekurangan Fe yang nantinya menimbulkan masalah anemia (Almatsier, 2009). Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian Utami & Mahmudah (2019) yang menyatakan adanya hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar ( $p\text{-value} 0,023$ ). Penelitian Yunita (2011) juga menyatakan adanya hubungan antara konsumsi protein ( $p\text{-value} 0,011$ ) dan zat besi ( $p\text{-value} 0,029$ ) dengan anemia pada responden.

Mengonsumsi *inhibitor* (menghambat penyerapan) zat besi dapat menyebabkan terjadinya anemia (Degei, 2020). Selain dikarenakan *inhibitor*, anemia juga disebabkan karena kurangnya mengonsumsi *enhancer* (meningkatkan penyerapan) zat besi (Wahyuningsih, 2013). Sejalan dengan penelitian Simanungkalit & Puspareni (2019) yang menyatakan terdapat hubungan antara *inhibitor* dengan anemia pada remaja putri di SMA/K Depok ( $p\text{-value} 0,009$ ). Selain itu, sejalan pula dengan penelitian lain oleh Putri (2022) yang menyatakan adanya hubungan antara *inhibitor* dan *enhancer* dengan anemia pada remaja putri di MTs Fadlurrahman Kota Bekasi ( $p\text{-value} < 0,05$ ).

Berdasarkan Dinas Kesehatan Provinsi Banten (2018), angka masalah anemia yang terjadi pada remaja putri di Provinsi Banten dengan prevalensi anemia di tingkat nasional tahun 2018 yaitu sekitar 23%. Penelitian masalah anemia dengan subjek remaja putri di Kota Tangerang Selatan masih terbatas

(Khairani, 2018). Oleh sebab itu, rencananya penelitian nantinya akan dilakukan di suatu pondok pesantren di Kota Tangerang Selatan yaitu Al-Amanah Al-Gontory. Kota Tangerang Selatan sendiri merupakan wilayah perkotaan sehingga masyarakatnya memiliki kemudahan akses memperoleh makanan. Pertumbuhan ekonomi pada tahun 2021 di wilayah tersebut mulai membaik (4,77%), sedangkan pendapatan per kapita masyarakat naik 64,34 juta rupiah (Bappelitbangda, 2023). Total Pondok Pesantren yang terdapat di Provinsi Banten yaitu 5344 (Kemenag, 2022). Tempat penelitian ini terdapat di Kelurahan Parigi Baru, Kecamatan Pondok Aren, Kota Tangerang Selatan yang akan menjadi lokasi pada penelitian ini. Pemilihan lokasi Pondok Pesantren Al Amanah Al Gontory dikarenakan belum ada penelitian serupa yang pernah dilakukan di lokasi tersebut. Fasilitas yang terdapat di pondok pesantren yaitu asrama yang satu kamar dapat ditempati kurang lebih 15 hingga 20 santriwati, catering, dan kantin. Penulis memilih Al-Amanah Al-Gontory dikarenakan pondok pesantren ini memiliki struktur kepengurusan yang memiliki bagian masing-masing, termasuk dalam pengadaan makanan. Persediaan makan santriwati setiap harinya disiapkan melalui catering yang diadakan oleh pondok sendiri, akan tetapi pondok pesantren belum menyediakan menu makanan yang lengkap setiap kali makan (makanan pokok, lauk hewani dan nabati, sayuran, serta buah). Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory merupakan sistem sekolah berasrama yang berbeda dengan sekolah biasa, maka fasilitas tidur mereka disediakan dari pondok pesantren tersebut.

Peneliti memilih santriwati (remaja putri) sebagai sampel penelitian karena selain belajar pelajaran akademik, santriwati juga lebih mendalami pelajaran agama dan ada setoran hafalan Al-Qur'an sehingga memungkinkan waktu istirahat mereka terganggu. Prevalensi anemia pada remaja putri lebih besar dibandingkan remaja putra juga dikarenakan siklus menstruasi yang dialami tiap bulan (Khairani, 2018). Remaja putri juga lebih peduli dengan bentuk tubuh yang akan memengaruhi konsumsi makanannya (*National Anemia Action Council*, 2011). Studi pendahuluan sudah dilakukan sebelum dilaksanakannya penelitian ke pondok pesantren tersebut. Melihat informasi di atas, penulis tertarik meneliti hubungan pengetahuan, pola tidur, pola makan, *inhibitor*, dan *enhancer* dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory

tahun 2023. Penelitian ini berguna untuk menganalisis hubungan pengetahuan, pola tidur, pola makan, *inhibitor*, dan *enhancer* dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.

## **I.2. Rumusan Masalah**

Anemia adalah keadaan ketika kadar Hb di bawah nilai normal. Kejadian anemia pada remaja putri sering kali terjadi, hal itu akan menyebabkan penurunan kualitas produktivitas dan prestasi mereka karena masalah anemia tersebut akan menyebabkan 5L yaitu lesu, lelah, letih, lemah, dan lalai. Masalah anemia dapat dialami oleh remaja putri dikarenakan faktor pengetahuan, pola tidur, pola makan, *inhibitor*, dan *enhancer*. Melihat informasi di atas, penulis tertarik meneliti hubungan pengetahuan, pola tidur, pola makan, *inhibitor*, dan *enhancer* dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.

Rumusan masalah berdasarkan latar belakang yang dijelaskan yaitu sebagai berikut:

- a. Bagaimana hubungan pengetahuan, pola tidur, pola makan, *inhibitor*, dan *enhancer* dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory?

## **I.3. Tujuan Penelitian**

### **I.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, pola tidur, pola makan, *inhibitor*, dan *enhancer* dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory tahun 2023.

### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik responden di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.
- b. Mengetahui kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.
- c. Mengetahui pengetahuan anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.

- d. Mengetahui pola tidur pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.
- e. Mengetahui pola makan pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.
- f. Mengetahui pola konsumsi *inhibitor* pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.
- g. Mengetahui pola konsumsi *enhancer* pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.
- h. Menganalisis hubungan pengetahuan, pola tidur, pola makan, *inhibitor*, dan *enhancer* dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.

## **I.4 Manfaat Penelitian**

### **I.4.1 Bagi Masyarakat**

Hasil dari penelitian yang dilakukan diharapkan menjadi sumber informasi terkait kejadian anemia dengan faktor risiko yaitu pengetahuan, pola tidur, pola makan, *inhibitor*, dan *enhancer*. Selain itu, diharapkan juga kesadaran masyarakat khususnya kelompok remaja bertambah mengenai masalah anemia tersebut.

### **I.4.2 Bagi Lembaga Terkait**

Hasil dari penelitian yang dilakukan diharapkan menjadi informasi dan dapat dijadikan sebagai bahan masukan terkait pengetahuan, pola tidur, pola makan, konsumsi *inhibitor* dan *enhancer* responden.

### **I.4.3 Bagi UPN Veteran Jakarta**

Hasil dari penelitian yang dilakukan diharapkan menjadi sumber informasi atau pun sebagai sumber literatur bagi para mahasiswa UPN Veteran Jakarta terkait hubungan pengetahuan, pola tidur, pola makan, *inhibitor*, dan *enhancer* dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.

#### **I.4.4 Bagi Ilmu Pengetahuan**

Hasil dari penelitian yang dilakukan diharapkan memberi bukti empiris, bukti realistis karena didokumentasikan dalam bentuk jurnal, dan dapat membantu perkembangan ilmu pengetahuan terkait hubungan pengetahuan, pola tidur, pola makan, *inhibitor*, dan *enhancer* dengan kejadian anemia pada remaja putri serta menjadi acuan penelitian selanjutnya.