

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius dan terutama menyerang anak-anak, remaja putri dan wanita yang sedang menstruasi, serta wanita hamil dan nifas. Penyakit anemia tercatat sebagai penyebab tertinggi nomor dua adanya kecacatan. Kejadian tersebut menjadikan anemia sebagai masalah kesehatan masyarakat yang serius di seluruh dunia (Cahyani, 2023). Anemia merupakan keadaan dimana kadar Hemoglobin (HB) di dalam darah lebih rendah dari nilai normal dapat dilihat dari kelompok umur dan jenis kelamin, pada remaja putri Hemoglobin normalnya adalah 12-15g/dl sedangkan pada remaja putra adalah 13-17 g/dl. Hematokrit, Hemoglobin, dan jumlah eritrosit yang dibawah normal pada dasarnya merupakan indikator anemia (Marfiah, Putri and Yolanda, 2023).

Akibat yang terjadi apabila anemia tidak segera ditangani adalah status gizi remaja putri akan semakin menurun sehingga dapat meningkatkan rantai terjadinya stunting (bayi/balita pendek), mengalami anemia berat, ibu hamil dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) menurunkan cadangan zat besi dalam tubuh sehingga mengakibatkan generasi yang kurang berkualitas dan tidak produktif. Selain itu anemia pada ibu hamil juga akan berakibat diantaranya keguguran, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) dan perdarahan yang menjadi penyebab tertinggi kematian ibu dapat dicegah (Asrina, Setyarini and Novitasari, 2021).

World Health Organization (WHO) memperkirakan 40% anak usia 6-59 bulan, 37% wanita hamil, dan 30% wanita usia 15-49 tahun di seluruh dunia menderita anemia (WHO, 2023). Menurut Kementerian Kesehatan RI. Remaja putri lebih sering mengalami anemia daripada remaja putra. Anemia yang sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi, dialami sekitar 12% remaja putra dan 23% oleh remaja putri Indonesia. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja putri usia 15-20 tahun yaitu 57,13%. Di Jawa Timur terdapat 50-60% remaja putri mengidap anemia (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2018). Dari data studi pendahuluan yang dilaksanakan di SMPN 1 Mojoanyar didapatkan bahwa dari 10 remaja putri 20% mengalami 1 remaja putri mengalami anemia ringan dan 1 remaja putri mengalami anemia sedang yang disebabkan dari berbagai macam hal tentu saja tidak sarapan pagi juga salah satu dari penyebab anemia pada remaja putri di SMPN 1 Mojoanyar, dari hasil wawancara dan pembagian kuesioner di dapatkan beberapa remaja putri untuk sarapannya memang semua sarapan tetapi tidak setiap hari mereka melakukan sarapan (Marfiah, Putri and Yolanda, 2023).

Setiap orang harus memulai hari mereka dengan cukup energi sebagai modal untuk melakukan aktivitas, dimana pagi hari adalah *start* awal. Energi yang kita dapatkan tentunya dari makanan setelah berjam-jam tidak makan dan tidak ada asupan. Banyak anak yang tidak melakukan sarapan pagi, mereka lebih suka mengonsumsi makanan/jajanan diluar rumah atau di sekolah yang kualitas gizinya tidak terjamin. Sarapan pagi merupakan asupan energi yang paling baik untuk otak agar dapat berkonsentrasi di sekolah sarapan juga

mempengaruhi kinerja otak dan mampu meningkatkan daya ingat dan konsentrasi. Sarapan pagi merupakan makanan khusus untuk asupan otak dikarenakan sarapan pagi berkaitan dengan kecerdasan mental, artinya sarapan pagi memberikan nilai positif bagi aktivitas otak, otak dapat berfungsi secara optimal. Secara tidak langsung dapat memberi pengaruh positif bagi diri manusia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Masrikhiyah and Octora, 2020).

Adapun faktor-faktor yang melatarbelakangi terjadinya anemia pada remaja putri adalah pendidikan orang tua, pendapatan keluarga, pola sarapan, pengetahuan dan sikap remaja putri terkait anemia, tingkat konsumsi gizi, pola menstruasi dan kejadian infeksi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Faktor lain yang dapat menyebabkan anemia adalah asupan gizi yang tidak adekuat yaitu kebiasaan mengkonsumsi makanan yang dapat mengganggu penyerapan zat besi seperti teh dan kopi yang bersamaan waktu makan, dan kurangnya pengetahuan tentang anemia, sikap yang tidak mendukung, pendidikan ibu maupun tingkat sosial ekonomi keluarga (Hafsah *et al.*, 2023).

Pentingnya edukasi yang di dapatkan remaja putri terkait pencegahan anemia agar siswi dapat mengenali tanda dan gejala anemia serta pencegahan dan dapat ditangani secara dini, pencegahan anemia dapat dilakukan dengan pola hidup dan jajan yang sehat bagi siswi hal ini telah dilakukan penelitian oleh Apriliani (2018) bahwa gaya hidup yang sehat dapat memberikan hasil yang baik dan positif untuk pencegahan anemia (Ariani *et al.*, 2023).

B. Rumusan dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, batasan masalah ini dibatasi pada variabel independent meliputi kebiasaan sarapan pagi.

”Apakah kebiasaan sarapan pagi memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Mojoanyar Kabupaten Mojokerto”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan sarapan pagi dengan anemia pada remaja putri di SMPN 1 Mojoanyar Kabupaten Mojokerto

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kebiasaan sarapan pagi pada remaja putri di SMPN 1 Mojoanyar Kabupaten Mojokerto.
- b. Mengidentifikasi kejadian Anemia pada remaja putri di SMPN 1 Mojoanyar, Kabupaten Mojokerto.
- c. Menganalisis hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Mojoanyar, Kabupaten Mojokerto.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini bermanfaat dan menambah wawasan ilmiah, khususnya pada masalah perilaku kebiasaan sarapan pagi dan anemia pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Instansi pendidikan

Di harapkan menjadi bahan masukan atau informasi dan bermanfaat terkait kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Mojoanyar , Kabupaten Mojokerto.

b. Bagi Masyarakat

Dapat diharapkan sebagai sumber informasi serta pengetahuan yang dapat menambah wawasan terkait pentingnya kebiasaan sarapan pagi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Mojoanyar, Kabupaten Mojokerto

c. Bagi Instansi Kesehatan

Di harapkan sebagai dasar dalam penyusunan kebijakan dan penurunan percepatan stunting dan penurunan anemia pada remaja putri.