

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja putri merupakan kelompok remaja yang beresiko menderita anemia lebih tinggi daripada remaja laki-laki. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang mengalami pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan gizi yang lebih banyak. Kekurangan asupan gizi seperti zat besi pada masa pertumbuhan remaja putri meningkatkan resiko tinggi untuk anemia. Gejala ringan yang umum dirasakan meliputi kelelahan, tubuh terasa lemah, pusing, penglihatan kabur, dan wajah tampak pucat. Kondisi ini dapat berdampak negatif terhadap konsentrasi belajar dan perkembangan fisik (Daris et al. 2013). Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri dikalangan remaja dapat mempengaruhi berbagai dampak perubahan dan tumbuh kembang serta meningkatkan kerentanan penyakit pada saat dewasa.

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) (2023) menyatakan anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang utama, terutama menyerang bayi, anak-anak, remaja putri dan perempuan yang sedang menstruasi serta perempuan hamil. Menurut *World Health Organization* (WHO) bahwa pada tahun 2019, 30% wanita usia subur berumur 15-49 tahun menderita anemia. Menurut WHO angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang berkisar 53,7% dari semua remaja putri. Berdasarkan Kemenkes Indonesia (2022) dari hasil data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 prevalensi anemia di Indonesia tercatat sebesar 26,8% anak usia 5-14 tahun dan 32% pada usia 15-24 tahun, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Hal ini disebabkan kekurangan zat besi untuk pembentukan hemoglobin (Hb). Anemia merupakan keadaan di mana kadar sel darah merah dalam tubuh tidak mencukupi untuk menunjang fungsi fisiologis secara optimal. Menurut *World Health Organization* (WHO) kondisi jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin lebih rendah dari batas umumnya disebut. Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat diseluruh dunia yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga negara maju. Pada umumnya, kebanyakan penderita adalah wanita hamil dan remaja putri yang tidak mengetahui atau tidak

menyadari bahwa dirinya mengidap gejala anemia. Anemia pada masa sekolah khususnya remaja putri harus mendapatkan perhatian khusus, karena kejadian tersebut memiliki dampak yang signifikan mulai dari mengganggu prestasi belajar anak hingga berdampak pada pertumbuhan pembangunan. Dalam mencegah anemia pada remaja, peran keluarga memiliki signifikansi yang tinggi dalam memastikan ketersediaan makanan bergizi, memberikan edukasi kesehatan memadai, serta menciptakan lingkungan yang mendukung untuk generasi yang lebih sehat dan produktif.

Kasus anemia pada anak usia sekolah, terutama remaja perempuan, perlu menjadi fokus perhatian karena kondisi ini dapat memengaruhi pencapaian akademik sekaligus berimplikasi terhadap perkembangan sosial dan ekonomi. Oleh karena itu, pencegahan anemia pada remaja putri perlu mendapatkan perhatian khusus. Salah satu faktor penting yang berperan adalah keluarga, sebagai unit dasar yang membantuk perilaku kesehatan. Selaras dengan penelitian yang dilakukan Indriyani et., al (2023) bahwa unit dasar ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan individu, sehingga dapat menjadi penentu keberhasilan atau kegagalan hidup seseorang. Selain itu, keluarga merupakan tempat berkumpul dan berinteraksi semua anggota keluarga sehingga peran keluarga menjadi sangat penting dalam menjaga kesehatan anggotanya. Keluarga diharapkan mampu mengetahui tanda dan gejala anemia serta pencegahan yang mengenai anggota keluarga. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Crandall et al. (2020) bahwa kebiasaan dan aturan kesehatan keluarga dikembangkan saat anggota keluarga saling berbagi pemahaman, pendapat, dan perlaku tentang kesehatan dan keperawatan. Sejalan dengan penelitian Sugesti (2021) bahwa, peran keluarga memiliki ketelibatan penuh dalam menciptakan perubahan perilaku individu. Dukungan yang diberikan keluarga berfungsi sebagai upaya pencegahan terhadap anemia, sebab perhatian, saran, dan kepedulian keluarga terhadap kesehatan dapat mendorong seseorang untuk berperilaku sehat sehingga terhindar dari risiko anemia. Berbagi pengetahuan, kepedulian dan tindakan umum tentang kesehatan di antara anggota keluarga mendorong kebiasaan dan aturan kesehatan dapat mendukung kebiasaan sehat dalam keluarga. Secara bersamaan keluarga yang menjalin interaksi aktif dan

beragam dengan internal maupun eksternal kelompok, merupakan upaya untuk meningkatkan, mendukung dan memenuhi kebutuhan anggota keluarganya.

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada 10 siswi kelas VII SMP N 149, 6 dari 10 responden melakukan aktifitas fisik secara rutin selain mata pelajaran olahraga, namun semua responden menyatakan tidak menerapkan pola makan yang teratur, pola tidur kurang dari 7-8 jam per hari, dan kurang pengetahuan terkait anemia dan bahayanya. Dalam hal ini, dibutuhkan perhatian dan peran keluarga untuk memastikan kesehatan anggota. Peneliti juga mewawancarai guru pembina ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) SMP 149 Jakarta Timur bahwa disekolah tersebut 54,25% remaja putri kelas VII mengalami anemia, dengan kondisi siswa yang sakit dan pingsan pada saat proses belajar mengajar, atau sedang melaksanakan upacara bendera di pagi hari diakibatkan malasnya remaja untuk melakukan sarapan pagi dan menjalankan pola makan yang buruk. Dari hasil pemeriksaan anemia menunjukkan bahwa masih ada remaja putri yang menderita anemia dengan indeks jumlah sel darah merah dibawah batas normal. Namun, masalah intinya bukan sekadar pada kelalaian siswi tersebut, melainkan pada kurangnya kontrol keluarga. Terungkap bahwa sebagian besar orang tua tidak memastikan anak mengonsumsi sarapan sebelum berangkat sekolah dan memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai dampak jangka panjang anemia. Temuan ini menegaskan bahwa peran keluarga dalam menyediakan makanan bergizi, memberikan edukasi kesehatan, serta membentuk kebiasaan hidup sehat sangat penting dalam mencegah anemia pada remaja putri. Masalah ini melatarbelakangi peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Analisis Kesehatan Keluarga pada Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP N 149 Jakarta”. Dilakukan untuk memberikan gambaran fenomena mengenai kondisi kesehatan keluarga serta kejadian anemia pada remaja putri.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat di identifikasikan beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Angka kejadian anemia pada remaja di Indonesia masih tinggi.

2. Jumlah remaja putri kelas VII masih mengalami anemia dengan angka kejadian sebesar 54,25%.
3. Banyak remaja putri yang tidak peduli tentang kesehatan seperti makan tidak teratur, pola istirahat tidak teratur dan asupan gizi yang kurang.
4. Minimnya peran keluarga dalam pencegahan anemia, baik dari segi penyediaan makanan bergizi, esukasi kesehatan, maupun dukungan emosional dan sosial.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka akan dilakukan pembatasan masalah yang diteliti. Maka, batasan masalah dalam penelitian adalah untuk melihat kesehatan keluarga pada remaja putri yang anemia di SMP N 149 Jakarta.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah “bagaimana kesehatan keluarga pada remaja putri yang mengalami anemia dan tidak mengalami anemia di SMP N 149 Jakarta?”

1.5 Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

Memberikan sumbangan wawasan dan informasi terkait kesehatan keluarga, terutama mengenai anemia pada remaja, serta mendukung program pencegahan dan penanganannya. Selain itu, hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi refrensi tambahan bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, gambaran dan pengetahuan kepada peserta didik SMP N 149 Jakarta dan bahwa pentingnya menjaga kesehatan keluarga untuk mencegah resiko penyakit.

b. Bagi keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, gambaran dan pengetahuan kepada seluruh anggota keluarga agar dapat memberikan perhatian kepada anak tentang pentingnya memperhatikan kesehatan keluarga yang baik untuk mencegah resiko anemia.

c. Bagi Sekolah

Memberikan kontribusi informasi kepada pihak sekolah mengenai penerapan kesehatan keluarga sebagai upaya pencegahan masalah kesehatan yang ada pada peserta didik.

d. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan sekaligus menjadi masukan bagi Dinas Kesehatan Wilayah dalam membuat arah kebijakan atau program lebih lanjut dalam meminimalisir angka kejadian anemia pada remaja.

