BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 1,3 miliar orang, atau 16% dari populasi dunia, ialah remaja, yang didefinisikan sebagai individu berusia 10 hingga 19 tahun. Selama dua dekade terakhir, tingkat kematian remaja akibat berbagai faktor telah mengalami penurunan global, dengan penurunan terbesar terlihat pada remaja wanita berusia 15 hingga 19 tahun. Salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia adalah anemia, yang diperkirakan diderita oleh 30% populasi global (Ramdany, 2021).

Anemia didefinisikan sebagai masalah kesehatan global yang serius yang secara khusus mempengaruhi berbagai kelompok populasi, termasuk anak-anak, remaja, dan dewasa (WHO, 2020). Pada remaja, prevalensi anemia cenderung meningkat seiring bertambahnya usia sebagai respons fisiologis terhadap proses pertumbuhan selama masa remaja. Menurut WHO, persentase anemia di antara remaja perempuan relatif tinggi, dengan prevalensi lebih dari 40% (Sari, Sarumi, & Aifu, 2024).

Prevalensi anemia di kalangan remaja putri di Indonesia masih menjadi masalah serius. Menurut data RISKESDAS (2021), sekitar 39,9% remaja putri di Indonesia menderita anemia. Prevalensi anemia pada wanita usia subur, 15 hingga 49 tahun, di Indonesia meningkat dari 21,6% pada 2019 menjadi 22,3% pada 2020 (Riskesdas, 2021). Proporsi wanita yang terkena anemia (27,2%) lebih tinggi dibandingkan pria (20,3%), dan pada kelompok usia 15 hingga 24 tahun, angkanya mencapai 32% (Kemenkes, 2021).

Menurut data survei kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara 2021 hingga 2023, prevalensi anemia pada remaja berusia 10 - 19 tahun di Provinsi Sumatera Utara mencapai sekitar 25,6% untuk kelompok remaja putri . Angka Prevalensi ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan rata-rata nasional Indonesia sebesar 22% menurut data (Riskesdas, 2018). Dampaknya meliputi penurunan produktivitas, risiko komplikasi kehamilan, dan

hambatan perkembangan kognitif pada generasi muda. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, menekankan bahwa anemia berkontribusi terhadap beban kesehatan masyarakat, sehingga program pencegahan seperti suplementasi zat besi dan edukasi gizi menjadi prioritas dalam strategi kesehatan daerah (DinKes Sumut, 2023).

Berdasarkan hasil survei status gizi yang dilakukan pada tahun 2023 oleh Dinas Kesehatan Umum serta Kesehatan Ibu dan Anak di Provinsi Sumatera Utara, prevalensi anemia di kalangan remaja putri secara keseluruhan adalah 32%. Kabupaten dengan prevalensi tertinggi meliputi: Nias (36%), Toba Samosir (35%), Pakpak Bharat (34%), dan Batu Bara (33%). Sebaliknya, kabupaten dengan prevalensi terendah adalah Kota Medan (28%), Deli Serdang (26%), dan Langkat (27%) (DinKes Sumut, 2023).

Ada beberapa faktor yang bisa menyebabkan anemia pada remaja. Salah satunya adalah asupan makanan berbasis hewani yang rendah. Faktor lain yang berkontribusi terhadap anemia pada remaja adalah kurangnya pengetahuan tentang *body image* yang sehat (Zulfa, 2023). Kebutuhan nutrisi remaja memerlukan perhatian khusus karena mereka rentan terhadap kekurangan zat besi, yang disebabkan oleh pola makan dan kebiasaan hidup yang kurang optimal yang mereka lakukan untuk mencapai citra tubuh ideal mereka (Indrasari & Sutikno, 2020).

Ketidakpuasan remaja putri terhadap citra tubuh mereka umumnya berasal dari keinginan memiliki tubuh yang lebih ramping (Davison, Markey & Birch, 2005; Sari & Soejiningsih, 2021). Hal ini sejalan dengan temuan penelitian Manda (2022), yang menemukan hubungan positif yang signifikan antara citra tubuh dan perilaku diet pada wanita dewasa muda (r = 0,451, p = 0,00). Ini menunjukkan bahwa kecenderungan untuk melakukan diet semakin meningkat ketika persepsi seseorang terhadap tubuhnya sendiri semakin negatif. Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Komarudin (2023) mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa citra tubuh memiliki hubungan yang signifikan dengan kondisi kurang berat badan (p = 0,004) dan kelebihan berat badan (p = 0,000). Selain itu, diet untuk menurunkan berat badan terkait dengan kondisi kurang berat badan (p = 0,010), tetapi tidak menunjukkan hubungan signifikan dengan status gizi kelebihan berat badan (p = 0,389) (Komarudin *et al.,* 2023).

Body image didefinisikan sebagai tingkat kepuasan seseorang terhadap kondisi fisiknya, yang mencakup ukuran, bentuk, dan penampilan keseluruhan tubuh (Cash dan Deagle dalam Valencia, 2008; Sari & Soejiningsih, 2021). *Body image* adalah salah satu topik yang terkait dengan masalah makan pada remaja. Secara umum, *body image* dibagi menjadi dua jenis: citra tubuh positif dan citra tubuh negatif. Merujuk hal tersebut diperoleh analisis data dari penelitian yang dilakukan oleh Salsabila, Rukmaini & Novelia (2024) diperoleh (p = 0,000) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara citra tubuh dan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 3 Cikarang Utara pada tahun 2024.

Upaya yang dapat mencegah anemia dengan makan lebih banyak makanan yang kaya zat besi seperti sayuran, buah-buahan, dan berbagai jenis daging. Peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai faktor penyebab anemia melalui edukasi tentang pengetahuan *body image*, serta pemberian tablet penambah darah sebagai bagian dari program pemerintah untuk penyediaan obat penambah darah (Rusmaningrum, 2023).

Program pemerintah dimulai dalam Rencana Aksi Nasional (RAN) Pencegahan dan Pengendalian Anemia tahun 2021-2025, yang bertujuan mengurangi prevalensi anemia pada remaja putri dari 32% (Riskesdas, 2018) menjadi di bawah 20% pada tahun 2025. Implementasi ini didukung oleh kerja sama lintas sektor, termasuk Kementerian Pendidikan, untuk memastikan aksesibilitas dan efektivitas program di tingkat sekolah dan masyarakat (Kemenkes, 2021, 2023).

Upaya penanganan anemia pada remaja putri telah dilaksanakan oleh pemerintah, namun prevalensi anemia pada kelompok remaja putri masih tergolong tinggi. Kondisi ini mendorong dilakukannya kegiatan *Focus Grup Discusison* (FGD) yang melibatkan kepala sekolah, guru, serta tenaga kesehatan untuk mengidentifikasi permasalahan dan merumuskan solusi yang tepat dalam penanggulangan anemia pada remaja putri, melalui FGD tersebut diperoleh kesimpulan bahwa pemberian edukasi mengenai pencegahan dan penanganan anemia menjadi langkah strategis yang perlu dilakukan (Kemenkes, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Wowiling, Malonda, & Kapantouw (2024) meneliti hubungan antara citra tubuh dan kejadian anemia pada remaja perempuan di desa Patokaan, Kabupaten Minahasa Utara. Analisis statistik menggunakan uji *Fisher exact* dilakukan untuk berbagai subskala citra tubuh, termasuk evaluasi penampilan (p = 0,276), orientasi penampilan (p = 0,534), kepuasan terhadap bagian tubuh (p = 1,000), ketakutan akan kenaikan berat badan (p = 1,000), dan penilaian ukuran tubuh (p = 0,588). Karena semua nilai p di atas tingkat signifikansi (α = 0,05), penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik antara citra tubuh dan prevalensi anemia pada remaja perempuan yang diteliti.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan di SMK Negeri 1 Talawi terhadap sepuluh remaja putri, peneliti menemukan bahwa sebanyak lima responden menyatakan tidak mengetahui tentang anemia, empat responden tidak mengalami anemia, dan satu responden mengalami anemia. Selain itu, lima dari sepuluh responden tidak mampu mengidentifikasi dengan benar bahwa *body image* yang buruk dapat memperburuk kondisi anemia apabila seseorang menghindari konsumsi makanan sehat karena ingin tubuh yang langsing. Temuan ini menunjukkan adanya kekurangan pemahaman responden mengenai pengetahuan bahwa pandangan negatif terhadap tubuh merupakan faktor risiko perilaku, khususnya diet yang tidak sehat, yang secara langsung dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian dengan topik "Hubungan *Body Image* terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMK Negeri 1 Talawi Kabupaten Batu Bara".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan deskripsi latar belakang tersebut, rumusan masalah penelitian dari studi ini adalah "Menganalisis hubungan antara *body image* dan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 1 Talawi Kabupaten Batu Bara?"

C. Tujuan Penelitian

1) Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan antara *body image* terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 1 Talawi Kabupaten Batu Bara.

2) Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi *body image* pada remaja putri di SMK Negeri 1 Talawi Kabupaten Batu Bara.
b. Mengidentifikasi kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 1 Talawi Kabupaten Batu Bara.
c. Menganalisis hubungan antara *body image* terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 1 Talawi Kabupaten Batu Bara.

D. Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini bisa memberikan wawasan baru dan menjadi dasar ilmiah untuk memahami hubungan antara *body image* terhadap kejadian anemia pada remaja putri.

2) Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi Responden

   Peningkatan pemahaman tentang pentingnya mempunyai *body image* yang baik agar tidak melakukan pola diet yang salah serta mendorong perilaku hidup sehat seperti konsumsi makanan seimbang.

b. Manfaat bagi Tenaga Kesehatan / Pendidik

   Memberikan data akurat mengenai prevalensi anemia dan kondisi psikologis (*body image*) remaja putri di SMK Negeri 1 Talawi Kabupaten Batu Bara.

c. Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya

   Sebagai data dasar dan referensi ilmiah untuk mengembangkan penelitian terkait faktor psikologis serta status gizi pada kelompok remaja putri.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
(Zahwa, 2024)	Hubungan antara kebiasaan makan dan *body image* serta kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 3 Cikarang Utara tahun 2024	Metode kuantitatif dengan desain potong lintang deskriptif korelasi. Sampelnya meliputi 134 responden. Dalam penelitian ini, analisis bivariat dilakukan menggunakan uji *chi-square.*	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan makan (p = 0,001) dan *body image* (p = 0,000) memiliki nilai $p < 0,05$. Ini membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan dan citra tubuh di satu sisi, dan kejadian anemia di kalangan remaja putri di SMAN 3 Cikarang Utara pada tahun 2024 di sisi lain.	Berbeda dengan studi yang telah dilakukan peneliti yaitu mengkaji korelasi antara pola makan dan citra tubuh secara simultan terhadap risiko anemia, penelitian yang akan dilakukan secara spesifik hanya berfokus pada hubungan citra tubuh (*body image*) sebagai variabel tunggal dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 1 Talawi Kabupaten Batu bara.

Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
(Wowiling, Malonda, & Kapantouw, 2024)	Hubungan antara Persepsi Tubuh dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Desa Patokaan Kabupaten Minahasa Utara	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain observasional analitik melalui pendekatan *cross-sectional.* Sampel penelitian terdiri dari 50 remaja putri berusia 12–19 tahun yang memenuhi kriteria inklusi.	Mayoritas responden memiliki persepsi tubuh positif di setiap subskala, dengan persentase tertinggi pada subskala kepuasan terhadap bagian tubuh (94%) dan evaluasi penampilan (90%). Sebanyak 47 responden (94%) tidak mengalami anemia, sementara 3 responden (6%) yang mengalami anemia kategori ringan. Berdasarkan uji statistik, tidak terdapat hubungan antara	Penelitian ini memiliki perbedaan mendasar pada aspek lokasi, waktu dan subjek penelitian. Studi terdahulu dilaksanakan di lokasi yang berbeda dengan karakteristik responden yang akan diteliti.

Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
			body image dengan kejadian anemia pada remaja putri di lokasi tersebut. Nilai *p-value* pada seluruh subskala > dari 0,05.	
(Subardjo, 2021)	Hubungan Antara Citra Tubuh, Status Anemia, dan Status Gizi pada Remaja	Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional,* dengan sampel siswa 3 SMA di Kabupaten Bantul dengan pengambilan random sampling berkelompok.	Terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *body image* dan perilaku diet responden (p < 0,05) (rho 0,4084) (korelasi sedang) dan antara status gizi dan citra tubuh (p < 0,05) sebesar 0,6935 (korelasi kuat). Terdapat korelasi positif yang signifikan antara perilaku makan dan	Berbeda dengan studi yang telah dilakukan peneliti yaitu mengkaji korelasi antara citra tubuh, status anemia dan status gizi, penelitian yang akan dilakukan secara spesifik hanya berfokus pada hubungan citra tubuh (*body image*) sebagai variabel tunggal terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 1 Talawi Kabupaten

Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
			kadar Hb (p < 0,05) sebesar 0,2128 (korelasi lemah). Terdapat korelasi positif yang signifikan antara status gizi dan status anemia (kadar Hb) (p > 0,05) sebesar 0,1648.	Batu bara.