BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia termasuk pada jenis permasalahan kesehatan umum yang masih banyak ditemukan dalam masyarakat dan menjadi isu kesehatan global, terutama pada kelompok perempuan. Kelompok wanita usia produktif dan remaja putri merupakan populasi yang paling berisiko mengalami anemia dibandingkan laki-laki. Data World Health Organization (WHO) (2023) menunjukkan prevalensi anemia pada wanita usia 15–49 tahun sebesar 30,7%, pada ibu hamil sebesar 35,5%, dan pada wanita tidak hamil sebesar 30,5%, serta pada anak usia 6–59 bulan sebesar 39,8%.

Di Indonesia, risiko anemia pada usia muda masih tergolong tinggi. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 melaporkan prevalensi anemia pada kelompok usia 15–24 tahun sebesar 15,5%, dengan proporsi lebih tinggi pada perempuan (18%) dibandingkan laki-laki (13%). Selain itu, data Riskesdas menunjukkan peningkatan prevalensi anemia pada usia 15–24 tahun dari 18,4% pada tahun 2013 menjadi 32% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018).

Di Provinsi Sumatera Barat, prevalensi anemia pada perempuan mencapai 29,8% pada tahun 2023, sedangkan pada laki-laki sebesar 27,6% (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, 2023). Angka ini lebih tinggi dibandingkan prevalensi anemia Sumatera Barat tahun 2017 yaitu 18,1% (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, 2018). Di wilayah Kota Padang, laporan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2023 mencatat angka anemia pada remaja putri mencapai 34,12%, menjadi wilayah dengan risiko anemia yang tinggi (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2023).

Meskipun laporan tersebut tidak mencantumkan secara spesifik usia remaja, tingginya angka anemia menunjukkan bahwa perempuan usia muda termasuk mahasiswi, merupakan kelompok berisiko. Kondisi ini diperkuat oleh penelitian Sholikhah et al., (2021) yang melaporkan prevalensi anemia di Universitas Negeri Surabaya sebesar 26,1% pada mahasiswi, sehingga menunjukkan bahwa masalah anemia juga banyak terjadi pada mahasiswa perguruan tinggi.

Penelitian di berbagai perguruan tinggi di Indonesia menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan pada mahasiswi. Penelitian Sari & Anggraini (2020) melaporkan prevalensi anemia sebesar 46,7%, pada mahasiswa. Selain itu, penelitian Mufa et al., (2020) pada mahasiswa menunjukkan bahwa 74,3% responden dengan pola makan tidak seimbang melaporkan gejala yang mengarah pada anemia. Temuan ini menegaskan bahwa anemia dan faktor risikonya masih banyak ditemukan di kalangan mahasiswa di Indonesia.

Meskipun data prevalensi anemia pada mahasiswi Universitas Andalas belum tersedia mahasiswi tetap berisiko mengalami anemia karena faktor fisiologis dan gaya hidup pada usia dewasa awal. Jenis anemia yang paling umum pada mahasiswi adalah anemia defisiensi zat besi akibat rendahnya asupan zat besi, sehingga mengganggu pembentukan hemoglobin dan menurunnya kemampuan darah dalam mengangkut oksigen. Penelitian Saputri (2022) melaporkan bahwa 76,7% mahasiswi baru mengalami anemia defesiensi zat besi yang berkaitan dengan rendahnya asupan zat besi dan pengetahuan gizi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Junita et al., (2023) yang menunjukkan bahwa anemia defisiensi besi merupakan jenis anemia paling umum pada terutama akibat pola makan tidak seimbang dan kehilangan zat besi selama menstruasi.

Beberapa gejala utama anemia seperti tampak pucat, lemah, letih, dan sakit kepala akbiat penurunan kadar hemoglobin yang mengurangi kemampuan darah mengangkut oksigen (Kusnadi, 2021). Jika tidak segera ditangani, kondisi ini dapat menyebabkan kelelahan dan penurunan kebugaran fisik. Penelitian Risma et al., (2024) juga menunjukkan bahwa kadar hemoglobin yang rendah berhubungan dengan penurunan kebugaran fisik dan kemampuan kognitif termasuk konsentrasi belajar. Jika tidak ditangani, anemia dapat menimbulkan dampak jangka panjang terhadao kesehatan, terutama pada wanita usia produktif, karena berpotensi berlanjut hingga dewasa dan masa kehamilan (Lailiyana et al., 2024).

Dewasa awal merupakan fase penting bagi dalam menentukan kualitas kesehatan jangka panjang, termasuk kesehatan reproduksi dan produktivitas akademik. Wanita muda yang mengalami anemia berisiko mengalami gangguan ovulasi, siklus menstruasi tidak teratur, serta berpotensi mengalami komplikasi saat kehamilan di masa mendatang. Penelitian Attaqy et al., (2021) menunjukkan bahwa anemia pada wanita muda dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi dan perkembangan janin, sehingga pencegahan anemia pada mahasiswi menjadi sangat penting

Anemia tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik tetapi juga menurunkan fungsi kognitif seperti konsentrasi, daya ingat dan kemampuan memahami materi kuliah, sehingga dapat mempengaruhi prestasi akademik. Penelitian Sholikhah et al., (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan anemia cenderung memiliki prestasi belajar lebih rendah akibat gangguan konsentrasi. Sejalan dengan itu, penelitian Saleha & Nurhidayati (2023) menunjukkan bahwa anemia lebih banyak ditemukan pada mahasiswa dengan IPK sedang dibandingkan IPK tinggi, yang menunjukkan adanya dampak anemia terhadap kinerja akademik. Oleh karena itu, pencegahan anemia penting dilakukan, salah satunya melalui peningkatan pengetahuan mahasiswi sebagai dasar dalam membentuk perilaku pencegahan.

Upaya penanggulangan anemia telah dilakukan melalui berbagai program, seperti pemberian Tablet Tambah Darah (TTD), edukasi gizi, dan kampanye pola makan sehat. Namun, keberhasilan program tersebut sangat dipengaruhi

oleh tingkat pengetahuan individu, karena pengetahuan menjadi dasar dalam membentuk kesadaran dan tindakan pencegahan anemia seperti konsumsi makanan bergizi, TTD secara rutin, menjaga kebersihan diri, dan pemantauan kesehatan.

Anemia pada mahasiswi sering disebabkan oleh kehilangan zat besi selama menstruasi yang tidak diimbangi dengan asupan nutrisi yang cukup. Selain itu, gaya hidup yang tidak sehat seperti mengkonsumsi makanan cepat saji dan kebiasaan melewatkan sarapan, juga berkontribusi terhadap rendahnya asupan zat besi dan meningkatkan risiko anemia (Astuti et al., 2024). Kesibukan akademik, kurangnya pengetahuan gizi, dan keterbatasan ekonomi akibat tinggal di kos dapat menyebabkan mahasiswi mengabaikan asupan nutrisi yang cukup (Sari & Anggraini, 2020). Kondisi ini berisiko meningkatkan kejadian anemia, terutama karena remaja putri kehilangan zat besi setiap menstruasi dan membutuhkan asupan zat besi yang cukup untuk pembentukan hemoglobin (Junita et al., 2023).

Pencegahan anemia dapat dilakukan dengan mengkonsumsi makanan kaya zat besi, vitamin dan mineral, serta mengkonsumsi tablet tambah darah secara rutin untuk mendukung pembentukan hemoglobin. Selain itu, remaja putri perlu menerapkan pola makan bergizi seimbang, melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala dan menghindari konsumsi tablet tambah darah bersama teh, kopi, atau susu karena dapat menghambat penyerapan zat besi (Kemenkes RI, 2023).

Pengetahuan anemia yang memadai berperan penting dalam mendorong tindakan pencegahan anemia. Penelitian Rahman & Fajar (2024) menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri masih tinggi dan berkaitan dengan rendahnya pengetahuan. Hal ini sejalan dengan Romandani & Rahmawati (2020) yang menemukan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia. Pengetahuan yang baik menjadi dasar dalam pengambilan keputusan kesehatan, namun masih banyak mahasiswa dengan pengetahuan rendah sehingga tindakan pencegahan anemia belum optimal (Ridwan et al., 2023; Romadhona & Elvandari, 2024).

Pencegahan anemia pada mahasiswa perlu dilakukan melalui edukasi gizi, pemberian suplemen zat besi, dan peningkatan kesadaran kesehatan (Rahayu & Prajayanti, 2024). Tingkat pengetahuan berperan penting dalam menurunkan risiko anemia, dimana semakin baik pengetahuan seseorang, semakin rendah kemungkinan mengalami anemia (Pangaribuan et al., 2022). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan anemia diperlukan untuk mendorong terbentuknya perilaku pencegahan yang efektif pada mahasiswa.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan untuk menggambarkan pengetahuan dan tindakan pencegahan anemia pada mahasiswi Universitas Andalas, peneliti menyebarkan kuesioner kepada 15 mahasiswi. Hasil menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden tentang anemia masih tergolong kurang, dengan rata-rata 7 dari 10 pertanyaan dijawab benar. Selain itu, tindakan pencegahan anemia juga masih rendah, ditunjukkan oleh 53,3%

responden jarang sarapan pagi, 73,3% jarang mengkonsumsi sayuran hijau, 80% jarang mengkonsumsi buah-buahan, 60% jarang mengkonsumsi kacang-kacangan, 33,3% jarang mengkonsumsi makanan hewani, 66,7% jarang mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD), serta 60% tidak pernah memeriksakan status anemia. Selain itu, sebagian besar responden juga memiliki kebiasaan mengkonsumsi teh, kopi, atau susu bersamaan dengan waktu makan (86,7%) serta jarang mengkonsumsi obat cacing setiap enam bulan sekali (80%). Temuan ini menunjukkan bahwa tindakan pencegahan anemia pada mahasiswi Universitas Andalas masih belum optimal.

Untuk memperkuat gambaran kondisi kesehatan mahasiswi, peneliti juga melakukan wawancara singkat terhadap 15 mahasiswi. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami keluhan mudah lelah, lemah, pusing, dan kesulitan berkonsentrasi, terutama saat menjalani aktivitas akademik dan selama menstruasi. Namun, keluhan tersebut sering dianggap sebagai kelelahan biasa sehingga tidak diikuti dengan pemeriksaan kesehatan, termasuk pemeriksaan hemoglobin. Data awal Klinik Medika Andalas tahun 2025 juga menunjukkan keluhan dominan berupa lemas, pusing, dan penurunan daya tahan tubuh, yang berpotensi berkaitan dengan anemia.

Selain itu, pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) pada 50 mahasiswi menunjukkan bahwa 64% mengalami anemia dan 36% memiliki kadar Hb normal. Sebagian mahasiswi tampak memiliki konjungtiva pucat dan tidak mengetahui bahwa mereka mengalami anemia sebelum dilakukan pemeriksaan

Hb. Keluhan seperti pusing dan mudah lelah sering dianggap sebagai akibat kelelahan biasa, serta sebagian besar mahasiswi jarang mengkonsumsi tablet tambah darah. Temuan ini menunjukkan bahwa anemia dapat terjadi tanpa disadari dan belum diikuti oleh perilaku pencegahan yang memadai.

Hasil studi pendahuluan, wawancara, dan pemeriksaan kadar hemoglobin tersebut menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan pada mahasiswi Universitas Andalas. Kondisi ini berkaitan dengan pengetahuan dan tindakan pencegahan anemia yang belum optimal. Mahasiswi umumnya berada pada usia dewasa awal, mengalami menstruasi setiap bulan, serta memiliki aktivitas akademik yang tinggi, sehingga berisiko mengalami anemia.

Universitas Andalas sebagai salah satu perguruan tinggi besar di Kota Padang memiliki jumlah mahasiswi yang cukup banyak, sehingga penting untuk mengetahui tingkat pengetahuan serta tindakan pencegahan anemia yang dilakukan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa lebih dari 50% mahasiswi mengalami anemia. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan pengetahuan dengan tindakan pencegahan anemia pada mahasiswi Universitas Andalas belum tersedia, padahal pengetahuan merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Tingginya risiko anemia, besarnya dampak anemia terhadap kesehatan dan prestasi akademik, serta belum optimalnya pengetahuan dan tindakan pencegahan anemia menunjukkan bahwa upaya pencegahan anemia pada mahasiswi perlu mendapat perhatian khusus. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada

hubungan pengetahuan dengan tindakan pencegahan anemia pada mahasiswi Universitas Andalas Kota Padang, yang diharapkan dapat menjadi dasar ilmiah dalam pengembangan program edukasi dan intervensi pencegahan anemia yang lebih efektif dan tepat sasaran di lingkungan perguruan tinggi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu "Apakah Terdapat Hubungan Pengetahuan dengan Tindakan Pencegahan Anemia pada Mahasiswi di Universitas Andalas Kota Padang?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan tindakan pencegahan anemia pada mahasiswi perempuan di Universitas Andalas Kota Padang

2. Tujuan Khusus

a. Diketahui distribusi frekuensi pengetahuan tentang anemia pada mahasiswi di Universitas Andalas Kota Padang.

b. Diketahui distribusi frekuensi tindakan pencegahan anemia pada mahasiswi di Universitas Andalas Kota Padang.

c. Diketahui hubungan pengetahuan tentang anemia dengan tindakan pencegahan anemia pada mahasiswi di Universitas Andalas, Kota Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman peneliti mengenai hubungan pengetahuan dengan tindakan pencegahan anemia, serta menjadi dasar dalam meningkatkan kemampuan peneliti dalam menyusun karya ilmiah secara sistematis dan akademis.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan medikal bedah, terkait penatalaksanaan masalah anemia yang berhubungan dengan pengetahuan. Serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengetahuan dan tindakan pencegahan anemia pada mahasiswa.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman dan dasar dalam penelitian berikutnya yang berkaitan dengan pengetahuan anemia dan tindakan pencegahan anemia pada mahasiswa.

4. Bagi Responden

Hasil dari penelitian ini bisa memberikan informasi dan memingkatkan pengetahuan tentang kejadian anemia serta tindakana pencegahan anemia pada mahasiswa Universitas Andalas Kota Padang.