

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah (eritrosit) atau kadar hemoglobin (Hb) dalam darah ( $<12\text{gd/l}$ ) atau tidak mencukupi untuk kebutuhan fisiologis tubuh. *Hemoglobin* (Hb) merupakan protein yang membawa oksigen keseluruh jaringan tubuh (Dyna et al. 2024) (Tara & Ciptono, 2022). Masalah anemia bukan hanya berlaku pada kelompok usia tertentu, anemia juga mempengaruhi remaja yang sedang berada di fase pertumbuhan dan perkembangan penting. Di Indonesia, anemia rentan terjadi pada kelompok remaja (Dyna et al. 2024).

Anemia pada remaja dapat menimbulkan berbagai masalah diantaranya remaja akan mengalami kondisi tubuh lemah, letih, lesu, muka pucat, pusing, penurunan konsentrasi, pertumbuhan fisik dan kecerdasan otak terhambat, serta produktivitas kerja menurun (Elisa & Zakiah Oktarlina, 2023). Anemia pada remaja putri juga dapat berisiko pada saat hamil akan berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta berpotensi untuk terjadinya komplikasi dalam kehamilan dan persalinan, bahkan dapat menyebabkan kematian ibu dan anak (Fathony et al., 2022).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, Prevalensi anemia global pada wanita usia 15-49 tahun adalah 29.9%. Pada tahun 2019, Indonesia menempati urutan ke-5 (22,33%) anemia terbanyak di dunia setelah Pakistan e1 (22,40%), Nigeria (25,47%), China (54,04%), dan

India (18,32%). Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia berada di peringkat ke-4 Asia dengan penderita anemia (WHO, 2021).

Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja mengalami kenaikan dari sebelumnya sebesar 22,70% pada tahun 2013 menjadi sebesar 32% pada tahun 2018, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Menurut Riset Kesehatan Dasar Indonesia, frekuensi anemia pada remaja putri meningkat dari 22,7% pada tahun 2013 menjadi 32% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Angka kejadian anemia pada remaja di Provinsi Sumatera Barat berdasarkan Survei Pemantauan Status Gizi (PSG) yang dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2020 sebanyak 43,1%. Hal ini menunjukkan bahwa anemia pada remaja masih merupakan masalah kesehatan masyarakat (Dinkes Sumbar, 2020).

Provinsi Sumatera Barat merupakan salah satu provinsi dengan resiko kejadian anemia pada remaja putri yang cukup tinggi, dimana pada tahun 2023 tercatat cakupan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di Sumatera Barat adalah sebesar 45,9%, (Dinkes Sumbar, 2023). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang terdapat 24 Puskesmas di Kota Padang, dengan prevalensi anemia tertinggi dikota Padang antara lain: Puskesmas Bagalung 53,6%, Puskesmas Andalas 41,7%, dan Puskesmas Padang Pasir 39,9%. (Dinkes Kota Padang, 2023).

Menurut Laporan Tahunan Puskesmas Andalas menunjukkan bahwa pada tahun 2023 terdapat 10 SMP yang berada di wilayah kerja Puskesmas Andalas dengan risiko anemia defisiensi besi remaja putri yaitu antara lain :

SMP Negeri 30 dengan 167 remaja putri mengalami anemia, SMP Negeri 05 dengan 50 remaja putri mengalami anemia, dan SMP Muhammadiyah 46 remaja putri mengalami anemia (Puskesmas Andalas, 2023).

Faktor terjadinya anemia pada remaja ada beberapa faktor yaitu salah satunya penggunaan *gadget*. Berdasarkan penelitian (Oktavianis *et al.*, 2023) dengan judul ‘‘Hubungan Gaya Hidup Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja’’ bahwa adanya hubungan penggunaan *gadget* dengan anemia pada remaja putri, hal ini karena remaja putri rata-rata tidur kurang dari 8-5jam/harinya, dikarenakan remaja putri begadang setiap malamnya, begadang tersebut hanya karena kecanduan *gadget* dan remaja putri di tuntut untuk menyelesaikan tugas sekolah yang begitu banyak, dengan ( $p=0,008$ ) dengan kejadian anemia sehingga adanya hubungan anemia dengan penggunaan *gadget* yang mengganggu pola tidur remaja putri.

Selain penggunaan *gadget* anemia juga berhubungan dengan waktu serta kualitas tidur (pola tidur) (Gayatri, 2020). Gayatri, I. 2020. ‘Hubungan Pola Tidur Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri 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 (Af’ida, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian (Kania *et al.*, 2023) dengan judul ‘‘Hubungan Pengetahuan Anemia, Pola Tidur, Pola Makan, Inhibitor, dan Enhancer dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Kota Tangerang Selatan tahun 2023’’ menyatakan bahwa

adanya hubungan pola tidur dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan ( $p=0,003$ ). Berdasarkan wawancara pola tidur yang dilakukan, mayoritas responden mengalami pola tidur buruk karena mengalami gangguan tidur dengan skor 1-9 (87,6%), durasi tidur <5 jam (63,7%), dan disfungsi aktivitas harian dengan kategori sering (54,0%). Selain itu, jumlah jam tidur responden rata-rata yaitu <5 jam/hari yang artinya belum mencukupi kebutuhan. Kecukupan tidur individu untuk usia 12-18 tahun yaitu 8 sampai 9 jam per sehari.

Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Marchaini br taringan 2018), dengan judul “Hubungan Gaya Hidup Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kels X Di SMA Negeri 2 Binjai Tahun 2018” menyatakan bahwa pola tidur yang tidak teratur akan menyebabkan pola tidur seseorang menjadi buruk, hal ini akan memicu terjadinya stress oksidatif yang apabila berlangsung lebih dari 12 jam dapat menyebabkan hemoglobin dalam darah menurun sehingga dapat menyebabkan anemia. Penelitian lain yang dilakukan oleh Mawo *et al* tahun 2019 juga menyatakan bahwa faktor yang dapat menyebabkan anemia salah satunya adalah gangguan tidur dimana seseorang tidak memiliki pola tidur yang baik maka akan menyebabkan stress oksidatif. Apabila stress oksidatif ini terjadi lebih dari 12 jam dapat menyebabkan lisis eritrosit lebih cepat dan hal ini dapat menurunkan kadar hemoglobin.

Berdasarkan data didapatkan jumlah remaja putri di SMP Negeri 30 Padang sebanyak 290 remaja putri. Berdasarkan survey awal hari Senin tanggal 13 Mei 2024 di SMP Negeri 30 Padang, dari 10 responden terdapat 7 remaja putri dengan pola tidur buruk, dikarenakan terlalu lama menggunakan gadget dan kecanduan *game online* sehingga mempengaruhi pola tidur.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti telah melakukan penelitian mengenai Hubungan Penggunaan *Gadget* dan Pola Tidur Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 30 Padang.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah hubungan penggunaan *gadget* dan pola tidur terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 30 Padang tahun 2024?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan penggunaan *gadget* dan pola tidur terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 30 Padang tahun 2024.

### 2. Tujuan khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kejadian anemia remaja putri di SMP Negeri 30 Padang tahun 2024.
- b. Diketahui distribusi frekuensi penggunaan *gadget* terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 30 Padang tahun 2024.

- c. Diketahui distribusi frekuensi pola tidur terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 30 Padang tahun 2024.
- d. Diketahui hubungan penggunaan *gadget* dengan kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 30 Padang tahun 2024.
- e. Diketahui hubungan pola tidur dengan kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 30 Padang tahun 2024.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Teoritis**

###### **a. Bagi Peneliti**

Diharapkan dengan dilakukan penelitian ini, peneliti mampu menemukan hasil penelitian yang berjudul hubungan penggunaan *gadget* dan pola tidur terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 30 Padang tahun 2024.

###### **b. Bagi peneliti selanjutnya**

Sebagai pedoman data dasar bahan perbandingan untuk peneliti selanjutnya.

##### **2. Praktis**

###### **a. Bagi institusi pendidikan**

Sebagai bahan tambahan kepustakaan Kebidanan di Stikes Alifah Padang dan dapat dijadikan sebagai data informasi bagi institusi Pendidikan.

b. Bagi institusi tempat penelitian

Sebagai bahan masukan dan evaluasi agar mampu menghubungkan penggunaan *gadget* dan pola tidur terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 30 Padang tahun 2024.

**E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini membahas tentang hubungan penggunaan *gadget* dan pola tidur terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 30 Padang. Jenis penelitian ini kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Populasi penelitian ini yaitu siswi kelas 7 dan 8 di SMP N 30 Padang dengan jumlah 290 orang dan untuk sampel penelitian peneliti menggunakan rumus Slovin maka jumlah sampel adalah 74 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*. Penelitian dilakukan pada bulan Maret sampai Agustus 2024. Pengumpulan data dilakukan tanggal 03 Juni – 07 Juni 2024. Teknik pengumpulan data dengan cara melakukan pemeriksaan *hemoglobin* (Hb) dengan Hb digital dan penggunaan *gadget* dan pola tidur remaja menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan analisis Univariat dan Bivariat dimana analisis Bivariate menggunakan uji statistik *Chi-Square* dengan  $p\text{-value} < 0,05$ .