

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan fase transisi dalam kehidupan seseorang yang ditandai oleh perubahan fisik dan psikis. Perubahan ini dapat menyebabkan sejumlah masalah kesehatan, salah satunya adalah anemia. Anemia adalah kondisi di mana kadar sel darah merah atau hemoglobin dalam darah berada di bawah tingkat normal, dengan jumlah eritrosit atau kadar Hb kurang dari 12,0 g/dL (Kemenkes RI, 2019). Meskipun remaja sering dianggap sehat karena kemampuan mereka dalam beradaptasi dengan cepat, kenyataannya, mereka juga menghadapi masalah kesehatan yang rumit (Indrawatiningsih, *et al.*, 2021).

Berdasarkan penelitian (Handayani, *et al.*, 2021) anemia pada remaja perempuan dapat berdampak negatif pada pertumbuhan fisik, perilaku, dan keseimbangan emosional mereka. Anemia juga dapat mempengaruhi perkembangan sel otak, yang mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh, kelemahan fisik, rasa lapar yang lebih sering, kesulitan dalam konsentrasi belajar, penurunan prestasi belajar, serta produktivitas kerja yang rendah.

Pengetahuan individu tentang pemilihan makanan memainkan peran penting dalam mengelola kondisi gizi mereka, termasuk anemia. Penelitian yang dilakukan oleh (Anggoro, 2020) juga menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara pengetahuan dan kejadian anemia. Oleh karena itu, pengetahuan yang baik dapat membantu remaja putri mencegah anemia. Berlandaskan pengetahuan tentang anemia dapat menjadi sebuah upaya perlindungan terhadap anemia. Kurangnya

pengetahuan tentang anemia dapat menyebabkan terjadinya anemia dikarenakan pencegahan yang kurang optimal. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang diantaranya pendidikan, informasi, budaya dan sosial ekonomi. (Nasution, *et al.*, 2020).

Zat besi memainkan peran penting dalam pembentukan darah dan produksi hemoglobin. Proses menstruasi dapat menyebabkan defisiensi zat besi dalam tubuh, sehingga penting untuk memastikan asupan gizi yang memadai pada remaja. Kekurangan zat besi bisa terjadi akibat pola makan yang tidak seimbang atau gangguan dalam penyerapan zat besi. (Handayani, 2021).

Salah satu vitamin yang penting dalam pembentukan hemoglobin adalah Vitamin C, seperti yang dikemukakan oleh (Muwakhidah, 2019). Kekurangan zat besi pada sebagian besar remaja perempuan disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan yang mengandung gizi lain yang berperan dalam penyerapan dan metabolisme zat besi, seperti contohnya vitamin C.

SMA Yayasan Bandung yang terletak di Kabupaten Deli Serdang memiliki jumlah remaja putri kelas X, XI dan XII 85 orang. Setelah melakukan survey di bulan Juli 2023 remaja putri dengan usia terbanyak yaitu usia 16 tahun sebanyak 50% dari total keseluruhan, kemudian siswi paling sedikit berusia 15 tahun dengan persentase 3%. Tanda-tanda anemia pada siswi, yaitu sebanyak 30 responden berstatus normal pada pemeriksaan tanda anemia pada mata, kuku, dan tangan. Pemeriksaan mendapatkan status tidak normal yaitu berkisar 7% remaja putri, namun belum pernah dilakukan pemberian Tablet tambah darah (TTD) dan pemeriksaan kadar hemoglobin di SMA Yayasan Bandung.

Kemudian hasil recall 24 jam, 30 responden remaja putri, didapatkan 80% remaja putri memiliki asupan makanan kurang. Sementara itu remaja putri dengan persentase 10% memiliki asupan makanan yang normal. Pada asupan zat besi didapatkan 90% remaja putri memiliki asupan zat besi kurang tingkat berat. Remaja putri dengan persentase 7% memiliki asupan zat besi yang berlebihan. Kemudian, remaja putri dengan persentase 3% memiliki asupan zat besi kurangan tingkat sedang. Namun tidak terdapat responden remaja putri dengan persentase yang memiliki asupan zat besi kurang tingkat ringan. Pada asupan vitamin C yang dilakukan dengan *recall* 24 jam, 100% remaja putri memiliki asupan vitamin C kurang tingkat berat. Asupan zat gizi yang kurang akan menimbulkan dampak negatif diantaranya yaitu konsentrasi belajar menurun, prestasi belajar menurun dan mengakibatkan produktivitas kerja yang rendah (Handayani, 2021).

Meninjau dari hasil *recall*, diketahui bahwa remaja putri memiliki pola makan yang kurang baik, seperti sering melewatkan waktu sarapan dan hanya makan pada waktu makan siang. Makanan yang banyak diasup remaja putri juga kurang beragam serta pendamping makanan dengan es teh masih banyak ditemukan. Asupan zat gizi yang kurang dan rendahnya ketersediaan bahan makanan serta adanya gangguan *absorbs* baik salah satu maupun beberapa zat gizi yang dikonsumsi dapat menyebabkan masih tingginya prevalensi anemia pada remaja putri. Dari hasil survey yang telah dilakukan belum pernah diadakan penelitian tentang anemia di SMA Yayasan Bandung. Berdasarkan masalah di atas peneliti tertarik untuk meneliti mengenai hubungan pengetahuan, asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Yayasan Bandung.

1.2. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah yang muncul sebagai berikut:

1. Masih ada kejadian anemia pada remaja perempuan di SMA Yayasan Bandung.
2. Prevalensi anemia masih tergolong tinggi di Deli Serdang.
3. Keterbatasan pengetahuan mengenai anemia di kalangan remaja perempuan.
4. Kekurangan asupan zat besi dan vitamin C.

1.3. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Pengetahuan anemia dibatasi pada dampak anemia, penyebab anemia, manfaat anemia, hal yang perlu diperhatikan saat anemia dan asupan makanan.
2. Asupan zat besi dan vitamin C dibatasi pada kategori cukup asupan dan kurang asupan.
3. Kejadian anemia dibatasi pada status anemia dan tidak anemia.
4. Subjek penelitian dibatasi pada remaja putri usia 14-18 tahun yang berada di kelas X, XI dan XII di SMA Yayasan Bandung di Kabupaten Deli Serdang.

1.4. Perumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana Karakteristik remaja putri, meliputi usia, pendidikan ayah dan ibu, pekerjaan ayah dan ibu, pendapatan ayah dan ibu dan besaran keluarga?
2. Bagaimana pengetahuan anemia pada remaja putri?
3. Bagaimana asupan zat besi remaja putri?

4. Bagaimana asupan vitamin C remaja putri?
5. Bagaimana kejadian anemia remaja putri?
6. Bagaimana hubungan antara pengetahuan anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri?
7. Bagaimana hubungan antara asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri?
8. Bagaimana hubungan antara pengetahuan anemia, asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Karakteristik remaja putri, meliputi usia pendidikan ayah dan ibu, pekerjaan ayah dan ibu, pendapatan ayah dan ibu dan besaran keluarga.
2. Pengetahuan anemia pada remaja putri.
3. Asupan zat besi remaja putri.
4. Asupan vitamin C remaja putri.
5. Kejadian anemia remaja putri.
6. Hubungan antara pengetahuan anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri.
7. Hubungan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri.
8. Hubungan antara asupan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri.

9. Hubungan antara pengetahuan anemia, asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri.

1.6. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi yang berarti bagi pemerintah sebagai panduan untuk mengembangkan strategi intervensi dalam mengatasi masalah anemia pada remaja. Untuk instansi terkait, diharapkan penelitian ini akan memberikan gambaran yang komprehensif tentang masalah gizi, khususnya anemia pada remaja perempuan, yang dapat digunakan sebagai dasar evaluasi program pencegahan anemia. Selain itu, penelitian ini diharapkan akan menjadi referensi yang berharga, sumber bacaan, dan sumber pengetahuan yang dapat meningkatkan pemahaman tentang pengetahuan anemia, asupan zat besi, dan asupan vitamin C serta dampaknya terhadap kejadian anemia pada remaja perempuan.