

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kadar hemoglobin adalah ukuran pigmen respiratorik dalam butiran-butiran sel darah merah. Jumlah hemoglobin dalam darah normal sekitar 15 gram setiap 100 ml darah (Hariani, 2019). Kurangnya kadar hemoglobin adalah kondisi jumlah metaloprotein di dalam sel darah merah turun di bawah batas normal yaitu < 12 g/dL atau disebut juga dengan anemia (Yosditia *et al.*, 2023). Anemia telah terbukti menjadi masalah kesehatan masyarakat pada negara berkembang dan maju. Anemia memiliki konsekuensi kesehatan yang signifikan karena memberikan dampak negatif pada perkembangan sosial dan ekonomi (WHO, 2011). Kelompok yang rentan mengalami anemia salah satunya remaja putri. Remaja putri sangat rentan karena terjadinya peningkatan kebutuhan zat besi yang relatif tinggi, akibat adanya pertumbuhan cepat, kematangan seksual, menstruasi (Zulfa, 2023).

Prevalensi anemia global tahun 2021 pada wanita usia produktif dengan rentang usia 15-29 tahun menurut *World Health Organization* (WHO) adalah sebesar 29,9% (WHO, 2021). Kemenkes RI (2023) melaporkan bahwa data hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) yaitu mengenai hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dengan prevalensi anemia di Indonesia yaitu sebesar 16,2%. Prevalensi anemia di Indonesia

berdasarkan kelompok umur 5-14 tahun sebesar 16,3% dan kelompok umur 15-24 tahun sebesar 15, 5% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Masalah anemia cenderung meningkat di Indonesia dan menjadi masalah kesehatan masyarakat karena prevalensi anemia pada remaja putri di atas *cut-off* 20%. Prevalensi anemia pada remaja putri di Provinsi Jawa Barat tahun 2018 sebesar 41,93% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2022). Berdasarkan hasil perolehan data sekunder yang tercatat dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pangandaran pada tahun 2023 terdapat 1966 dari 4733 remaja putri mengalami anemia. Terdapat 149 dari 437 (34 %) remaja putri yang mengalami anemia di Kecamatan Parigi.

Dampak dari kurang kadar hemoglobin remaja putri, yaitu dapat menghambat perkembangan dan pertumbuhan fisik, keterlambatan kognitif yang tidak dapat diperbaiki (seperti penurunan kecerdasan dan kinerja akademis), penurunan kapasitas fisik, hilangnya produktivitas, gangguan fungsi kekebalan tubuh, peningkatan risiko infeksi, dan sistem reproduksi yang buruk (Rai *et al.*, 2023). Anemia pada remaja putri dapat berlanjut hingga kehamilan, sehingga berisiko mengalami perdarahan pasca melahirkan. Dampak anemia selama kehamilan dapat menghambat pertumbuhan janin, terjadinya persalinan prematur, serta berat badan lahir rendah (BBLR) yang merupakan faktor risiko stunting pada anak (Deivita *et al.*, 2021).

Penyebab kurang kadar hemoglobin yang disebabkan oleh faktor internal adalah kekurangan mikronutrien seperti (zat besi, asam folat,

riboflavin, vitamin A dan vitamin B12), infeksi akut dan kronis seperti (malaria, kanker, tuberkulosis dan HIV), serta penyakit keturunan atau genetik yang mempengaruhi sintesis hemoglobin dan hemoglobinopati (WHO, 2011). Anemia pada remaja putri disebabkan juga oleh faktor eksternal yang mempengaruhi asupan gizi dan kesehatan secara keseluruhan, seperti rendahnya asupan zat besi, pola makan yang tidak sehat, serta sosial dan ekonomi juga dapat mempengaruhi pola makan remaja (Astuti, 2023).

Sepuluh (50%) dari kasus anemia disebabkan oleh kekurangan zat besi. Remaja putri lebih rentan terkena anemia zat besi, karena kebutuhan zat besi yang lebih tinggi sehingga membutuhkan peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi. Zat besi dalam makanan terdapat dalam bentuk heme dan non heme. Zat besi heme, yang terutama ditemukan dalam daging, ikan, dan unggas, memiliki ketersediaan hayati yang lebih baik daripada zat besi non heme, yang sebagian besar ditemukan dalam makanan nabati (Rahfiludin *et al.*, 2021).

Banyak remaja yang tidak memahami manfaat mengonsumsi zat besi heme khususnya ikan untuk kesehatan. Pengetahuan tentang manfaat ikan yang kurang baik dapat menyebabkan remaja tidak menyukai mengonsumsi ikan. Remaja sering memiliki kebiasaan makan yang buruk, seperti memilih makanan untuk mencegah kegemukan. Hal ini dapat membuat mereka tidak menyukai makanan yang seimbang dan bergizi seperti ikan (Rani *et al.*, 2022).

Kabupaten Pangandaran memiliki ketersediaan ikan laut yang berlimpah, namun kejadian anemia di Kabupaten Pangandaran masih tinggi yaitu sebesar 41,54%. Jumlah produksi perikanan tangkap Kabupaten Pangandaran pada tahun 2016 mencapai 1.206.779,98 Kg (Kartika *et al.*, 2020). Tingkat kecukupan protein pada remaja putri kelas X, XI, dan XII SMA Negeri 1 Parigi kurang dari AKG yaitu dengan rata-rata 29,16 gram atau 44,87 % yang seharusnya 65 gram per hari (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Pola makan masyarakat Indonesia masih didominasi oleh makanan nabati. Makanan nabati seperti sayuran hijau dan kacang-kacangan mengandung zat besi yang tinggi, tetapi juga mengandung asam fitat yang dapat menghambat penyerapan zat besi. Penghambatan penyerapan zat besi yang disebabkan oleh asam fitat dapat diatasi oleh mengonsumsi asam askorbat yang ditemukan dalam buah-buahan. Kualitas makanan diperlukan untuk mencegah kekurangan makro dan mikro nutrien, salah satunya anemia. Penting untuk memahami pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan yang dapat melindungi terhadap anemia pada remaja (Fayasari *et al.*, 2022). Banyak remaja yang lebih suka makanan ringan daripada makanan pokok. Makanan ringan seringkali kurang bergizi dan tidak seimbang, sehingga tidak menyediakan gizi yang diperlukan untuk kesehatan. Perilaku makan yang buruk seperti tidak mengonsumsi makanan yang seimbang dan tidak menghindari makanan yang tidak sehat juga dapat menyebabkan anemia (Amir dan Djokusujono, 2019).

Pemberian suplementasi Fe juga merupakan upaya peningkatan asupan zat besi. Kadar hemoglobin sangat dipengaruhi oleh seberapa konsisten seseorang mengonsumsi suplemen Fe. Upaya untuk meningkatkan kepatuhan remaja perempuan, diperlukan dukungan dari orang tua, guru, dan pendidikan lebih lanjut tentang pentingnya suplementasi zat besi pada remaja. Remaja putri yang mempunyai pemahaman kuat mengenai anemia, keluarga yang suportif, kemudian teman sebaya yang suportif akan lebih sering mengonsumsi suplemen zat besi (Yanniarti *et al.*, 2023).

Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Kabupaten Pangandaran (2023) siswi kelas X, XI dan XII SMA Negeri 1 Parigi berjumlah 732 orang sudah mendapatkan tablet Fe, tetapi masih banyak siswi kelas X, XI dan XII SMA Negeri 1 Parigi yang memiliki anemia dengan prevalensi sebesar 41%.

Berdasarkan uraian latar belakang maka penulis tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan asupan zat besi dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri sekolah menengah atas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang rumusan permasalahan dari penelitian ini yaitu :

1. Rumusan Masalah Umum

Apakah ada hubungan asupan zat besi dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran Tahun 2025?

2. Rumusan Masalah Khusus

- a. Apakah ada hubungan asupan zat besi dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran tahun 2025?
- b. Apakah ada hubungan asupan zat besi heme dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran Tahun 2025?
- c. Apakah ada hubungan asupan zat besi non heme dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran Tahun 2025?
- d. Apakah ada hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran Tahun 2025 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan asupan zat besi yang meliputi (heme dan non heme) dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah :

- a. Menganalisis hubungan asupan zat besi dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran Tahun 2025.
- b. Menganalisis hubungan asupan zat besi heme dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran Tahun 2025.
- c. Menganalisis hubungan asupan zat besi non heme dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran Tahun 2025.
- d. Menganalisis hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran Tahun 2025.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Hubungan asupan zat besi dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin pada remaja putri sekolah menengah atas.

2. Lingkup Metode

Penelitian ini dilakukan melalui pendekatan kuantitatif yang bersifat observasional dengan pendekatan *cross sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup gizi masyarakat.

4. Lingkup Sasaran

Sasaran penelitian ini yang berperan sebagai subjek dan responden yaitu siswa putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran.

5. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2023 sampai dengan bulan Mei 2025.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan edukasi serta informasi dalam bidang kesehatan, khususnya tentang hubungan asupan zat besi dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran 2025, serta menambah literatur untuk melakukan kajian dan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Keilmuan Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi, pembanding dan acuan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan asupan zat besi dan kepatuhan

mengonsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran 2025.

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi masyarakat tentang hubungan asupan zat besi dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 1 Parigi Kabupaten Pangandaran 2025.

c. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran hubungan asupan zat besi dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin pada remaja putri sehingga dapat dijadikan masukan dalam rangka pencegahan anemia pada remaja putri.