

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Anemia merupakan suatu kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah berada di bawah nilai normal (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang sering dialami oleh semua kelompok usia, mulai dari balita hingga lanjut usia (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami anemia karena remaja putri memiliki kebutuhan zat besi yang banyak akibat dari pertumbuhan, pematangan reproduksi, dan menstruasi yang dapat menyebabkan kehilangan zat besi dan menurunkan kadar Hb di dalam darah sehingga terjadi anemia (Budiarti dkk., 2021). Anemia pada remaja putri terjadi ketika kadar Hb di dalam darah kurang dari 12 g/dL (WHO, 2021).

Remaja merupakan individu yang memiliki rentang usia 10-19 tahun (WHO, 2024). Masa remaja adalah masa ketika mengalami fase pubertas. Remaja yang sedang dalam fase pubertas akan mengalami pertumbuhan fisik disertai perkembangan mental, kognitif, dan psikis (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Remaja putri 90% tinggal di negara berkembang, dari populasi tersebut 29,9% menderita anemia (WHO, 2021).

Prevalensi anemia global pada remaja putri (15-24 tahun) di dunia adalah 28% (WHO, 2023). Prevalensi anemia pada remaja putri (15-24 tahun) di Indonesia menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun

2023 sebesar 16,3% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Prevalensi anemia di Indonesia telah mengalami penurunan dari tahun 2018 sebesar 32%, akan tetapi angka tersebut belum mencapai target *Sustainable Development Goals* (SDGs) 2.2 yaitu target penurunan anemia sebesar 15,2% pada tahun 2025, sehingga anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang cukup tinggi di Indonesia (WHO, 2021).

Prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Tasikmalaya usia 12-16 tahun pada tahun 2023 yaitu 42,5% (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2023). Salah satu wilayah di Kota Tasikmalaya dengan kasus anemia tertinggi pada remaja putri (12-16 tahun) berada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Cipedes dengan prevalensi 73,55%. Data dari UPTD Puskesmas Cipedes didapatkan bahwa SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya memiliki prevalensi anemia 51%, padahal pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di wilayah kerja tersebut mencapai 100% dan telah terlaksana sejak tahun 2019 (UPTD Puskesmas Cipedes, 2023). Prevalensi anemia yang tinggi terjadi karena kepatuhan konsumsinya masih tergolong rendah, dibuktikan dari studi pendahuluan yang telah dilakukan. Berdasarkan studi pendahuluan kepada 30 orang siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya, alasan siswi tidak mengonsumsi TTD karena merasa malas (30%), sering lupa (46,6%), dan tidak suka (23,3%).

Anemia pada remaja putri berdampak terhadap penurunan konsentrasi yang berakibat pada penurunan prestasi belajar. Anemia pada remaja putri tidak hanya berdampak pada dirinya sendiri tetapi juga akan

berdampak pada kehidupan setelahnya. Remaja putri yang mengalami anemia kemungkinan besar mengalami anemia pada masa kehamilannya, sehingga meningkatkan risiko hambatan pertumbuhan janin, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (bblr) yang merupakan awal terjadinya stunting, dan gangguan neurokognitif. Bayi yang lahir dari ibu anemia memiliki cadangan zat besi yang rendah sehingga mengakibatkan anemia pada saat bayi dan usia dini, serta meningkatkan risiko kesakitan dan kematian bayi (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Anemia pada remaja putri sebagian besar disebabkan karena defisiensi zat besi (WHO, 2019). Defisiensi zat besi yang terjadi umumnya disebabkan karena perdarahan dan kurangnya konsumsi makanan sumber zat besi. Kedua faktor tersebut dapat memengaruhi cadangan zat besi di dalam tubuh yang pada akhirnya akan menyebabkan anemia defisiensi zat besi (Wahyuni, 2024).

Perdarahan pada remaja putri dapat terjadi karena perdarahan eksternal maupun internal. Perdarahan eksternal terjadi karena trauma atau kecelakaan, antara lain jatuh dan cedera yang menyebabkan kehilangan darah secara signifikan sehingga mengakibatkan terjadinya anemia. Perdarahan internal terjadi akibat masalah pada sistem organ tubuh, antara lain saluran cerna, gangguan pembekuan darah, dan sistem genitourinaria. Perdarahan pada sistem genitourinaria antara lain infeksi saluran reproduksi, kelainan koagulasi, infeksi saluran kemih, kelainan bawaan, dan menoragia (Yilmaz, 2023).

Menoragia merupakan perdarahan pada sistem genitourinaria yang paling umum dan memiliki kontribusi besar terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Menoragia merupakan menstruasi yang terjadi dalam waktu lama dan volume darah yang keluar melebihi normal. Menoragia terjadi secara rutin setiap bulan, sehingga kehilangan darah yang berlebihan ini akan menyebabkan zat besi yang keluar bersamaan dengan darah lebih banyak dari normal dan dapat mengakibatkan anemia (Ansari dkk., 2020). Penelitian Sari dkk. (2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi dengan anemia pada remaja putri. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan dari Qomarasari dan Mufidaturrosida (2022) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Konsumsi makanan sumber zat besi yang tidak adekuat akan menyebabkan defisiensi zat besi dan berdampak pada anemia. Makanan sumber zat besi terbagi menjadi dua kelompok antara lain zat besi heme dan zat besi non-heme. Zat besi heme berasal dari sumber hewani seperti daging merah dan hati yang memiliki tingkat absorpsi lebih tinggi dibandingkan zat besi non-heme dari sumber nabati seperti sayuran hijau atau kacang-kacangan (Wahyuni, 2024). Zat besi heme memiliki tingkat absorpsi yang lebih tinggi karena strukturnya lebih kompleks dan merupakan bagian dari Hb dan globin sehingga dapat langsung diserap utuh oleh enterosit (sel di usus halus), sebaliknya struktur zat besi non-heme merupakan bentuk bebas

( $\text{Fe}^{3+}$ ) yang harus diubah dan bersaing dengan zat lain sehingga dapat terhambat penyerapannya (Julie & Loveday, 2022).

Efektivitas penyerapan zat besi yang berasal dari makanan turut dipengaruhi oleh proses penyerapannya di tubuh. Interaksi dengan zat *enhancer* dan *inhibitor* merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap penyerapan zat besi. Interaksi ini memengaruhi penyerapan zat besi non-heme, meskipun demikian zat besi heme relatif tidak terpengaruh oleh senyawa tersebut akibat jalur absorpsinya yang berbeda dan lebih efisien (Shubham dkk., 2020). Zat *enhancer* seperti vitamin C dapat meningkatkan penyerapan zat besi, sementara zat *inhibitor* seperti tanin, fitat, dan kalsium dapat menghambat penyerapan zat besi. Oleh karena itu, upaya pencegahan anemia tidak bergantung pada kuantitas zat besi yang dikonsumsi, tetapi juga pada kualitas pola makan secara keseluruhan (Siddiqui & Zafar, 2020).

Upaya penanggulangan anemia defisiensi zat besi dapat dilakukan melalui pendekatan konsumsi pangan, fortifikasi, dan suplementasi. Pendekatan konsumsi pangan antara lain pemberian penyuluhan dan peningkatan asupan makanan kaya zat besi. Fortifikasi dilakukan oleh Pemerintah Indonesia dengan mewajibkan penambahan zat besi pada beberapa bahan makanan antara lain tepung terigu, beras, garam, dan minyak goreng (Helmyati dkk., 2025). Suplementasi dilakukan oleh Pemerintah Indonesia dengan melakukan pemberian TTD sejak tahun 2014. Efektivitas program suplementasi TTD di kalangan remaja putri sangat bergantung pada tingkat kepatuhan konsumsinya (Kementerian Kesehatan

RI, 2020). Kepatuhan konsumsi TTD dapat dilihat dari jumlah konsumsi, seperti dikonsumsi setiap satu minggu sekali dan setiap hari selama menstruasi (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hasil penelitian Handayani dan Budiman (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan dari Putra dkk. (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Anemia pada remaja putri masih menjadi isu penting yang perlu diteliti lebih lanjut, terutama berkaitan dengan kepatuhan konsumsi TTD dan menoragia. Berdasarkan latar belakang yang diuraikan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kepatuhan konsumsi TTD dan menoragia dengan status anemia pada remaja putri di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan, maka dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025?
2. Apakah terdapat hubungan antara menoragia dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025?
3. Apakah terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025?

4. Apakah terdapat hubungan antara volume darah menstruasi dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025?
5. Apakah terdapat hubungan antara tingkat kecukupan zat besi dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025?
6. Apakah terdapat hubungan antara tingkat kecukupan protein dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025?
7. Apakah terdapat hubungan antara konsumsi minuman mengandung zat *inhibitor* dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025?
8. Apakah terdapat hubungan antara konsumsi makanan mengandung zat *enhancer* dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara kepatuhan konsumsi TTD dan menoragia dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis hubungan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025.
- b. Menganalisis hubungan antara lama menstruasi dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025.
- c. Menganalisis hubungan antara volume darah menstruasi dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya tahun 2025
- d. Menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan zat besi dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Tasikmalaya tahun 2025.
- e. Menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan protein dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Tasikmalaya tahun 2025.
- f. Menganalisis hubungan antara konsumsi minuman mengandung zat *inhibitor* dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Tasikmalaya tahun 2025.
- g. Menganalisis hubungan antara konsumsi makanan mengandung zat *enhancer* dengan status anemia pada siswi di SMP Negeri 5 Tasikmalaya tahun 2025.



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

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

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan pembaca dan dapat digunakan sebagai salah satu bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

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

###### **a. Bagi Institusi**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan untuk lebih memperhatikan konsumsi TTD pada remaja putri serta memberikan penyuluhan tentang kesehatan khususnya anemia pada remaja putri dan sistem reproduksi.

###### **b. Bagi Remaja Putri**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan remaja putri mengenai pentingnya konsumsi TTD dan wawasan mengenai status anemia yang disebabkan oleh menoragia, sehingga remaja putri dapat mencegah terjadinya anemia dengan konsumsi TTD dan mengatur pola hidup.

###### **c. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu referensi untuk penelitian selanjutnya yang telah didapatkan selama menempuh pendidikan, khususnya di bidang gizi.

## **E. Ruang Lingkup Penelitian**

### **1. Lingkup Masalah**

Lingkup masalah pada penelitian ini yaitu hubungan kepatuhan konsumsi TTD dan menoragia dengan status anemia pada remaja putri di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya.

### **2. Lingkup Metode**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross-Sectional*.

### **3. Lingkup Keilmuan**

Bidang ilmu yang diterapkan dalam penelitian ini adalah lingkup gizi masyarakat.

### **4. Lingkup Tempat**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya.

### **5. Lingkup Sasaran**

Sasaran dalam penelitian ini adalah siswi SMP Negeri 5 Kota Tasikmalaya yang telah melewati masa *menarche* selama 2 tahun.

### **6. Lingkup Waktu**

Waktu penelitian dilaksanakan mulai dari bulan Desember 2024-Juli 2025.