

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan kondisi ketika hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) pada darah kurang atau berada di bawah batas normal yaitu <12 g/dL (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Remaja putri merupakan salah satu kelompok risiko tinggi anemia karena mengalami menstruasi setiap bulan (Indrawatiningsih *et al.*, 2021). Remaja merupakan masa transisi dari masa kanak – kanak menjadi dewasa yang berada pada rentang usia 10-19 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018a).

Prevalensi anemia pada tahun 2021 secara global pada wanita usia 15-49 tahun adalah 29,9% (WHO, 2022). Data hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi anemia di Indonesia sebesar 16,2% (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya (2024) melaporkan angka prevalensi anemia pada di Kabupaten Tasikmalaya sebesar 31% pada tahun 2023. Prevalensi anemia di UPTD Puskesmas Manonjaya berdasarkan hasil skrining anemia pada remaja putri tahun ajaran 2023 – 2024 adalah 38,21%. Prevalensi anemia pada siswi SMAN 1 Manonjaya yaitu 46,6% (UPTD Puskesmas Manonjaya, 2024).

Remaja yang menderita anemia akan mengalami dampak secara langsung seperti kondisi lemah, letih, lesu, muka tampak pucat, dan pusing (Elisa *et al.*, 2023). Hal tersebut dapat menyebabkan penurunan pada kemampuan dan konsentrasi belajar, menurunkan prestasi belajar, kecerdasan,

kebugaran serta kesehatan pada remaja putri (Briawan dan Rahmah, 2014). Dampak jangka panjang anemia pada remaja putri adalah pada saat kehamilan berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah dan bayi dengan tubuh pendek atau *stunting* (Nasution *et al.*, 2020).

Penyebab anemia yaitu kurangnya asupan zat gizi, penyakit infeksi, *hemoglobinopathy*, dan menstruasi (WHO, 2017a). Penyebab utama terjadinya anemia adalah kekurangan asupan zat gizi mikro yaitu zat besi (Sandrina dan Mulyani, 2021). Sekitar 50% kasus anemia yang terjadi pada wanita disebabkan oleh defisiensi zat besi (WHO, 2017b). Zat besi berperan dalam produksi hemoglobin pada sel darah merah, yang berfungsi membawa oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh dan membawa CO₂ kembali ke paru-paru. Kekurangan asupan zat besi dapat menghambat pembentukan sel darah merah yang optimal dan sehat, sehingga menyebabkan kadar hemoglobin dalam darah menjadi lebih rendah dari batas normal (Kurniati, 2020). Protein membantu dalam pembentukan hemoglobin bersama dengan zat besi, sehingga apabila kadar protein kurang dapat berpengaruh pada pembentukan hemoglobin (Nasution *et al.*, 2020).

Kekurangan zat besi juga dapat disebabkan karena serapan zat besi yang terhambat. Faktor yang dapat menghambat penyerapan zat besi (faktor inhibitor) di dalam usus yaitu konsumsi makanan yang mengandung fitat, tanin, dan kalsium bersama dengan zat besi dapat mengurangi penyerapan zat besi (Ayuningtyas *et al.*, 2022). Faktor yang dapat mempercepat penyerapan zat besi (faktor *enhancer*) yaitu vitamin C, asam folat, dan zink (Ayuningtyas

et al., 2022). Vitamin C merupakan kofaktor penting dalam proses penyerapan zat besi, yang berkontribusi terhadap pencegahan anemia. Vitamin C dapat meningkatkan penyerapan zat besi non-heme dengan mengubah Fe^{3+} menjadi Fe^{2+} sehingga akan lebih mudah diserap oleh tubuh (Hardiansyah *et al.*, 2024).

Remaja putri memerlukan lebih banyak asupan zat besi dibandingkan dengan remaja laki-laki, karena remaja putri akan mengalami menstruasi di setiap bulan (Adriani, 2016). Menstruasi merupakan pelepasan dinding endometrium (dinding rahim) yang disertai dengan pendarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan, kecuali saat terjadi kehamilan (Dineti *et al.*, 2022). Lama menstruasi merupakan durasi atau lama waktu yang dialami selama proses menstruasi. Lama menstruasi pada remaja putri lebih dari tujuh hari akan menyebabkan kehilangan lebih banyak darah sehingga berisiko mengalami anemia (Herlinadiyaningsih dan Susilo, 2019; Memorisa *et al.*, 2020).

Penanggulangan dan pencegahan anemia pada remaja putri dilakukan melalui upaya pendistribusian Tablet Tambah Darah (TTD) atau Tablet Fe yang dianjurkan dikonsumsi satu tablet setiap minggu selama 52 minggu dalam setahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018a). Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan suplemen penambah darah yang disediakan oleh pemerintah untuk didistribusikan kepada kelompok sasaran yaitu wanita usia subur (WUS) dan ibu hamil (Pamangin, 2023). Berdasarkan hasil laporan dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, cakupan remaja putri yang mengonsumsi TTD pada tahun 2023 triwulan I hanya sebesar 24,9% masih dibawah target provinsi yaitu 56%

(Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2023). Rendahnya kepatuhan konsumsi TTD dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pengetahuan, keyakinan atau opini, serta akses terhadap TTD (Nurjanah dan Azinar, 2023).

Hasil studi pendahuluan pada 20 orang siswi kelas XI di SMAN 1 Manonjaya didapatkan enam orang siswi mengalami anemia. Hasil *food recall* 1x24 jam menunjukkan 12 orang siswi memiliki asupan zat besi dan vitamin C kurang dari rekomendasi angka kecukupan gizi (AKG), 15 orang siswi tidak patuh dalam mengonsumsi TTD, dan delapan orang siswi mengalami menstruasi lebih dari tujuh hari.

Hasil penelitian oleh Alfiah dan Dainy (2023) menunjukkan ada hubungan antara asupan vitamin C, zat besi, serta kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia. Pada penelitian ini diketahui bahwa responden yang mengalami anemia cenderung memiliki asupan vitamin C, zat besi, serta kepatuhan konsumsi TTD yang tidak baik, sementara responden yang tidak mengalami anemia cenderung memiliki asupan vitamin C, zat besi, serta kepatuhan konsumsi TTD yang baik. Hasil penelitian Hanifah dan Isnarti (2018) juga menunjukkan adanya hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia.

SMAN 1 Manonjaya memiliki jumlah siswa perempuan yang signifikan sehingga menjadi representatif untuk diteliti. Selain itu, SMAN 1 Manonjaya terletak di pusat Kecamatan Manonjaya, Kabupaten Tasikmalaya sehingga banyak terdapat kuliner lokal yang bervariasi. Keberagaman kuliner ini dapat mempengaruhi asupan makan siswa.

Berdasarkan temuan tersebut, peneliti tertarik untuk menganalisis lebih lanjut hubungan antara tingkat kecukupan zat besi, vitamin C, kepatuhan konsumsi TTD, dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan antara tingkat kecukupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025?
2. Apakah ada hubungan antara tingkat kecukupan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025?
3. Apakah ada hubungan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025?
4. Apakah ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025?

C. Tujuan Penelitian

1. Menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025.

2. Menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025.
3. Menganalisis hubungan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025.
4. Menganalisis hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan kepada siswi mengenai pentingnya asupan vitamin C, zat besi, kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), serta pengaruh lama menstruasi terhadap kejadian anemia pada remaja putri.

2. Bagi Prodi

Penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi untuk penelitian selanjutnya dan berkontribusi pada pengembangan pustaka di Universitas Siliwangi.

3. Bagi Keilmuan Gizi

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat kecukupan zat besi, vitamin C, kepatuhan konsumsi TTD, dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1

Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam bidang keilmuan gizi terkait asupan gizi pada remaja.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan serta meningkatkan wawasan dan pengalaman penulis mengenai hubungan antara tingkat kecukupan zat besi, vitamin C, kepatuhan konsumsi TTD, dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Masalah penelitian yang diangkat adalah mengenai tingkat kecukupan zat besi, vitamin C, kepatuhan konsumsi TTD, dan lama menstruasi yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya pada tahun 2025.

2. Lingkup Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross-sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Lingkup keilmuan dalam penelitian ini berkaitan dengan gizi masyarakat yang berfokus pada hubungan antara tingkat kecukupan zat besi, vitamin C, kepatuhan konsumsi TTD, dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya pada tahun 2025.

4. Lingkup Sasaran

Subjek penelitian ini adalah siswi kelas XI SMAN 1 Manonjaya tahun 2025.

5. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 1 Manonjaya, Kabupaten Tasikmalaya.

6. Lingkup Waktu

Waktu pelaksanaan penelitian dimulai pada bulan September 2024 sampai bulan Desember 2025.