

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Remaja merupakan masa ketika seorang individu tumbuh dewasa, menyadari lawan jenisnya, memahami perannya dalam masyarakat, menerima identitasnya yang diberikan, dan mampu mencapai potensi yang dimiliki (Harahap, 2018).

Masalah kesehatan yang terjadi pada masa pubertas terutama pada remaja putri yaitu asupan makanan yang kurang sebagai penyebab anemia defisiensi besi membahayakan status gizi remaja. Remaja tumbuh begitu cepat sehingga menyebabkan mobilitas, yang dapat mempengaruhi pendidikan, sosialisasi dan status kesehatan mereka. Kebanyakan anak muda mengabaikan kesehatan mereka, mengakibatkan gejala anemia yang tidak dapat dikenali. Akibatnya, sejumlah besar kasus anemia terjadi setiap tahun (Harahap, 2018).

Anemia adalah keadaan dimana kadar sel darah merah atau hemoglobin benar-benar di bawah normal, atau kadar sel darah merah/hemoglobin dalam darah sangat rendah sehingga kebutuhan fisiologis tubuh tidak terpenuhi (Nabilla, dkk., 2022). Tentu saja, kadar hemoglobin normal pada wanita dan pria berbeda. Kadar hemoglobin normal pada pria adalah <13,5 g/dL dan kadar hemoglobin normal pada wanita adalah <12,0 g/dL.

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (1998), penyebab terjadinya anemia adalah kebutuhan zat gizi yang lebih tinggi seperti zat besi,

karena pertumbuhan mereka lebih cepat daripada pria. Selain itu, perempuan memiliki siklus menstruasi bulanan, yang meningkatkan kebutuhan zat besinya. Faktor lain yang mempengaruhi anemia antara lain langsung (asupan gizi, infeksi, status gizi, menstruasi) dan tidak langsung (sosial ekonomi, pendidikan, tingkat pengetahuan) (Nurwahidah, 2018), serta zat yang menghambat penyerapan zat besi yang ditemukan dalam makanan (Nisa, dkk., 2019).

Kadar zat besi yang rendah dalam makanan dapat menyebabkan defisiensi zat besi, yang seiring waktu dapat menyebabkan penipisan simpanan zat besi dalam tubuh, yang menyebabkan terganggunya sintesis hemoglobin. Faktor yang mengatur dan menghambat penyerapan zat besi harus dipertimbangkan saat menilai asupan zat besi (Nabilla, dkk., 2022). Jumlah makanan yang dicerna penting untuk mengenali nilai faktor yang mendorong dan menghambat penyerapan zat besi. Beberapa bahan yang meningkatkan penyerapan zat besi, yaitu mikronutrien yang dapat dikonsumsi bersama zat besi, atau yang disebut enhancer, seperti vitamin C dan protein hewani, dan beberapa zat yang dapat menghambat penyerapan zat besi atau mengganggu penyerapan zat besi seperti tanin, oksalat, dan asam fitat (Nisa, dkk., 2019).

Pada tahun 2018 hasil Riskesdas adalah 76,2% remaja putri yang mendapatkan tablet penambah darah dan 23,8% remaja yang tidak mendapatkan suplemen zat besi (Kemenkes RI, 2019). Di sisi lain, 43,21% remaja putri usia 10-19 tahun mendapatkan suplemen zat besi di Kota Denpasar (Kemenkes RI, 2019).

Hasil Riskesdas 2007 Prevalensi anemia di Indonesia yaitu sebesar 11,3%. Riskesdas pada tahun 2013 menunjukkan peningkatan jumlah penderita anemia

sebesar 21,7%, dimana 26,4% berusia 5-14 tahun dan 18,4% berusia 15-24 tahun. Dibandingkan dengan data terkini, peningkatan prevalensi anemia di Riskdas tahun 2018 sebesar 48,9% (Safah, 2019). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2016 di Bali prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 27,1% (Friska Armynia Subratha, 2020). Kota Denpasar memiliki prevalensi anemia sebesar 45,9% pada remaja putri usia 12-18 tahun pada tahun 2017 (Gusti, dkk., 2020)

Sebuah studi oleh (Sya`aniet, dkk., 2016) menunjukkan bahwa tingkat persediaan zat besi berhubungan langsung dengan status anemia. Sebanyak 62% siswi yang mengalami anemia tergolong kurang asupan zat besi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sembiring (2017) pada siswa SMA Negeri 1 Lubuk Pakam, yang menemukan bahwa siswi yang menderita anemia 90,5% lebih mungkin untuk mengkonsumsi makanan sumber yang mengandung zat penghambat besi, dan siswi yang makan makanan yang diperkaya zat besi mengalami anemia sebesar 84,4%.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas ternyata banyak ditemukan remaja putri yang anemia masih cukup tinggi. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yaitu “Konsumsi *Inhibitor* dan *Enhancer* Zat Besi Kaitannya dengan Status Anemia pada Siswi SMAN 6 Denpasar”

## **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut  
”Bagaimanakah Konsumsi *Inhibitor* dan *Enhancer* Zat Besi Kaitannya dengan Status Anemia pada Siswi SMAN 6 Denpasar?”

## **C. Tujuan Umum dan Khusus**

### **1. Tujuan umum**

Adapun tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui konsumsi *inhibitor* dan *enhancer* zat besi kaitannya dengan status anemia pada Siswi SMAN 6 Denpasar

### **2. Tujuan khusus**

- a. Menentukan Kadar Hemoglobin pada siswi SMAN 6 Denpasar
- b. Mengidentifikasi frekuensi konsumsi *inhibitor* zat besi pada Siswi SMAN 6 Denpasar
- c. Mengidentifikasi frekuensi konsumsi *enhancer* zat besi pada Siswi SMAN 6 Denpasar
- d. Menganalisis hubungan frekuensi konsumsi *inhibitor* zat besi dengan status anemia pada siswi SMAN 6 Denpasar
- e. Menganalisis hubungan frekuensi konsumsi *enhancer* zat besi dengan status anemia pada siswi SMAN 6 Denpasar

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

Terletak pada masukan dan data tambahan pada konsumsi *inhibitor* dan *enhancer* zat besi kaitannya dengan Status anemia pada remaja putri dapat diteliti dan digunakan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

## **2. Manfaat praktis**

### **a. Bagi pelayanan kesehatan**

Diharapkan dapat membantu penilaian anemia pada remaja putri dan menginformasikan layanan kesehatan, sehingga program pencegahan anemia pemerintah dapat dilaksanakan dengan baik, dan prevalensi anemia di Indonesia dapat diturunkan.

### **b. Bagi masyarakat**

Diharapkan dapat menambah wawasan serta pengetahuan, tetapi juga akan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pencegahan anemia dan meningkatkan perilaku konsumen menuju gizi yang lebih baik sehingga diharapkan dapat meningkatkan kesehatan masyarakat.

### **c. Bagi subjek penelitian**

Diharapkan dapat memberikan wawasan kepada remaja putri tentang status anemia mereka dan bagaimana mencegah serta cara menanggulangnya.