

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa disebut masa remaja. Masa remaja dimulai dari usia 14 tahun pada laki-laki dan usia 12 tahun pada perempuan. Pertumbuhan dan perkembangan remaja sangat cepat dan terjadi antara usia 11–16 tahun pada anak laki-laki serta usia 10–15 tahun pada anak perempuan (Sumarsih, 2018). Asupan gizi yang seimbang diperlukan pada masa remaja untuk pertumbuhan perkembangannya. Peningkatan kebutuhan zat besi terjadi pada masa remaja karena meningkatnya ekspansi volume darah serta massa otot (Fitriasnani, Aminah dan Sofianah, 2020). Namun, banyak permasalahan kesehatan yang dialami remaja, seperti kekurangan zat besi (anemia), kurang energi kronis, dan obesitas (Novita, 2021).

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah kurang dari normal. Hemoglobin adalah pigmen dalam eritrosit yang dapat mengedarkan oksigen ke jaringan tubuh. Pada keadaan normal, kadar hemoglobin antara laki-laki dan perempuan berbeda. Anemia diartikan ketika kadar hemoglobin kurang dari 13,5 g/dl pada laki-laki dan kurang dari 12,0 g/dl pada perempuan (Yuniarti dan Zakiah, 2021). Anemia termasuk masalah kesehatan yang banyak dialami oleh remaja, yaitu sebanyak 23% pada remaja putri dan pada remaja laki-laki sebanyak 12% yang kebanyakan disebabkan kurangnya zat besi dalam tubuh (Novita, 2021). Kejadian anemia pada remaja putri ditemukan sebanyak 11,8% meski sudah dilaksanakan pemberian tablet tambah darah (Dinkes Kabupaten Tabanan, 2018). Prevalensi anemia cukup tinggi pada remaja putri yang diakibatkan remaja putri

mengalami pendarahan setiap bulannya karena menstruasi. Anemia juga dapat terjadi akibat adanya faktor inhibitor penyerapan mineral zat besi, seperti tanin yang terkandung didalam teh (Jaelani, Simanjuntak dan Yuliantini, 2017). Menurut penelitian Listiana (2016), remaja putri dengan kebiasaan minum teh memiliki peluang 2,554 kali terkena anemia.

Teh merupakan salah satu minuman yang digemari oleh masyarakat dan menjadi minuman yang banyak dikonsumsi selain air putih, dengan rata-rata konsumsi 120 ml/hari perkapita (Rochmaedah, Malisngorar dan Tunny, 2019). Kebiasaan minum teh merupakan salah satu faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya anemia (Nursilaputri, Subiastutik dan Setyarini, 2022). Teh mengandung senyawa tanin, yang merupakan masalah utama dari teh. Tanin dikenal sebagai senyawa antinutrisi karena dapat mengendapkan zat besi yang disebabkan tanin mempunyai gugus fungsional yang dapat membentuk ikatan kompleks kuat dengan molekul-molekul zat besi. Zat besi dan tanin memiliki ikatan yang sangat kuat sehingga sulit diserap oleh tubuh (Qurrata Ayuni, Armaita dan Syafnir, 2019). Senyawa tanin dalam teh yang merupakan polifenol terdapat sebanyak 10–25%. Terdapat kurang lebih 40 mg tanin di dalam minuman teh. Tanin mampu menurunkan absorpsi zat besi sampai dengan 80%. Apabila dikonsumsi dengan jumlah berlebih, akan menghambat penyerapan zat besi dengan cara mengikatnya. Agar tidak mengganggu proses penyerapan zat besi, teh sebaiknya dikonsumsi tidak bersamaan saat makan (Djafaar, Munir dan Asfar, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara pada remaja putri di Perumahan Griya Multi Jadi, Kediri, Tabanan, diketahui bahwa remaja putri mengonsumsi teh setiap hari. Remaja putri kerap mengonsumsi teh bersamaan

ketika makan atau sesudah makan. Dua puluh dari tiga puluh dua remaja putri merasa mudah lelah dan sulit berkonsentrasi selama mengonsumsi teh. Hal ini dapat diduga berkaitan dengan kejadian anemia yang diakibatkan karena kebiasaan minum teh. Selain itu, belum diadakannya program posyandu remaja oleh Puskesmas yang memiliki wilayah kerja di Perumahan Griya Multi Jadi, Kediri, Tabanan sehingga tidak ada pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala pada remaja putri sebagai deteksi dini anemia. Adapun dampak yang dapat ditimbulkan akibat penurunan kadar hemoglobin, yaitu penurunan fungsi kognitif dan produktivitas kerja, kelelahan, badan terasa lemah, serta meningkatkan risiko anemia pada masa kehamilan (Hasyim, Mutalazimah dan Muwakhidah, 2018). Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di Perumahan Griya Multi Jadi Kediri Tabanan”.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka permasalahan dalam penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut : Bagaimana gambaran kadar hemoglobin remaja putri di Perumahan Griya Multi Jadi, Kediri, Tabanan ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Untuk mengetahui gambaran kadar hemoglobin remaja putri di Perumahan Griya Multi Jadi, Kediri, Tabanan.

## **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik remaja putri berdasarkan usia, kebiasaan minum teh, serta rentang waktu antara minum teh dan makan di Perumahan Griya Multi Jadi, Kediri, Tabanan.
- b. Mengukur kadar hemoglobin pada remaja putri di Perumahan Griya Multi Jadi, Kediri, Tabanan.
- c. Mendeskripsikan kadar hemoglobin pada remaja putri berdasarkan usia, kebiasaan minum teh, serta rentang waktu antara minum teh dan makan di Perumahan Griya Multi Jadi, Kediri, Tabanan.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pustaka sebagai dasar pengembangan penelitian selanjutnya dalam bidang kesehatan terkait kadar hemoglobin pada remaja putri.

### **2. Manfaat praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan kepada remaja putri mengenai risiko penurunan kadar hemoglobin akibat kurangnya penyerapan zat besi dalam tubuh karena kebiasaan minum teh.