

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Salah satu agenda prioritas yang dikenal dengan Nawa Cita yang ingin diwujudkan pada Kabinet Kerja adalah meningkatkan kualitas hidup manusia serta meningkatkan produktivitas rakyat. Sumber daya manusia yang berkualitas dapat dibentuk melalui pendidikan yang baik serta peningkatan status gizi. Upaya yang dimulai dengan pemenuhan kebutuhan dasar manusia yaitu kebutuhan akan zat gizi dimulai dari masa kanak-kanak sampai dengan masa remaja. Dengan pemenuhan kebutuhan dasar anak dan remaja yang pada akhirnya dengan harapan dapat membentuk sumber daya manusia yang cerdas dan produktif (Kemenkes, 2015).

Remaja perempuan termasuk ke dalam kelompok rentan gizi. Kelompok rentan gizi adalah suatu kelompok dalam masyarakat yang paling mudah menderita gangguan kesehatan atau rentan karena kekurangan gizi termasuk anemia. Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia penduduk umur  $\geq 1$  tahun di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5 – 14 tahun sebesar 26,4%, penderita anemia berumur 15 – 24 tahun sebesar 18,4%, dan pada ibu hamil sebesar 37,1% (Kemenkes, 2013).

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dalam berbagai hal, baik fisik, mental, sosial dan emosional. Pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada masa remaja menyebabkan banyak perubahan termasuk ragam gaya hidup dan perilaku konsumsi. Pengetahuan yang baik seringkali diabaikan khususnya pengetahuan tentang gizi pada remaja. Hal ini akan berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan zat gizi khususnya zat besi yang akan berdampak terjadinya anemia gizi besi.

Rendahnya asupan zat besi sering terjadi pada orang-orang yang mengonsumsi bahan makanan yang kurang beragam. Gangguan defisiensi besi sering terjadi karena susunan makanan yang salah baik jumlah maupun kualitasnya yang disebabkan oleh kurangnya penyediaan pangan, distribusi makanan yang kurang baik, kebiasaan makan yang salah, kemiskinan dan ketidaktahuan (Masrizal, 2007). Vitamin C dapat berperan meningkatkan absorpsi zat besi non heme menjadi empat kali lipat, vitamin C dan zat besi membentuk senyawa absorpsi besi kompleks yang mudah larut dan mudah diabsorpsi. Sehingga mengurangi kejadian anemia gizi besi (Proverawati and Asfuah, 2009).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Titin Caturyantiningtiyas, Bejo Raharjo, dan Dwi Astuti (2015), ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia remaja putri (Caturyantiningtiyas, 2015). Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Endar Wahyu Choiriyah, Bejo Roharjo, dan Anisa Catur Wijayanti (2015), ada hubungan antara asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri (Choiriyah, 2015).

Sejauh ini ada empat strategi yang dapat dilakukan dalam penanggulangan anemia defisiensi zat besi yaitu meliputi pemberian tablet zat besi, fortifikasi makanan pokok dengan zat besi, pengawasan penyakit infeksi dan pendidikan gizi untuk meningkatkan jumlah asupan zat besi. Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia dapat dilakukan dengan pemberian tablet tambah darah (TTD) yang mengandung besi-asam folat, disamping asupan gizi yang cukup (Briawan, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh I GAA Dewi Handayani, IM Rodja Suantara, dan PP Sri Sugiani (2013) ada perbedaan yang bermakna rata-rata kadar Hb sebelum dan setelah diberikan tablet tambah darah sehingga pemberian tablet tambah darah efektif untuk meningkatkan kadar Hb remaja putri (Handayani, 2013).

Saat ini program pemberian tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan dan penanggulangan anemia di Bali juga sudah dilaksanakan berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 88 Tahun 2014 tentang Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur dan Ibu Hamil (Kemenkes, 2014). Salah satu sekolah yang sudah mendapatkan program tablet tambah darah adalah SMAN 1 Ubud dimana seluruh siswinya sudah mendapatkan tablet tambah darah dan SMA ini merupakan satu-satunya sekolah yang menerapkan sistem *full day school* di Ubud. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti pengetahuan gizi, konsumsi zat besi, vitamin C dan tablet tambah darah dengan status anemia pada Siswi SMAN 1 Ubud, Gianyar.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis merumuskan permasalahan sebagai berikut: “Apakah ada hubungan pengetahuan gizi, konsumsi zat besi, vitamin C dan tablet tambah darah dengan status anemia pada Siswi SMAN 1 Ubud, Gianyar?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui hubungan pengetahuan gizi, konsumsi zat besi, vitamin C dan tablet tambah darah dengan status anemia pada siswi SMAN 1 Ubud, Gianyar

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi status anemia siswi SMAN 1 Ubud
- b. Menghitung konsumsi zat besi siswi SMAN 1 Ubud
- c. Menghitung konsumsi vitamin C siswi SMAN 1 Ubud
- d. Menentukan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah siswi SMAN 1 Ubud
- e. Menentukan pengetahuan gizi siswi SMAN 1 Ubud
- f. Menganalisa hubungan konsumsi zat besi dengan status anemia siswi SMAN 1 Ubud
- g. Menganalisa hubungan konsumsi vitamin C dengan status anemia siswi SMAN 1 Ubud
- h. Menganalisa hubungan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia siswi SMAN 1 Ubud
- i. Menganalisa hubungan pengetahuan gizi dengan status anemia siswi SMAN 1 Ubud

- j. Menganalisa hubungan pengetahuan gizi dengan konsumsi zat besi siswi SMAN 1 Ubud
- k. Menganalisa hubungan pengetahuan gizi dengan konsumsi vitamin C siswi SMAN 1 Ubud
- l. Menganalisa hubungan pengetahuan gizi dengan konsumsi tablet tambah darah siswi SMAN 1 Ubud

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

##### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memberi atau menambah informasi kepada masyarakat terutama yang belum mengetahui hubungan pengetahuan gizi, konsumsi zat besi, vitamin C dan tablet tambah darah dengan status anemia pada siswi.

##### **2. Manfaat praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapannya, khususnya bagi bidang kesehatan, bagi instansi terkait dan para peneliti untuk dapat melanjutkan kajian serta sebagai referensi bagi penelitian – penelitian lainnya yang berkaitan dengan pengetahuan gizi, konsumsi zat besi, vitamin C dan tablet tambah darah serta status anemia pada siswi.