

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Keberhasilan pembangunan suatu bangsa sangat bergantung kepada ketersediaan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, memiliki fisik yang tangguh, mental yang kuat, kesehatan yang prima, serta cerdas. Remaja merupakan aset negara yang sangat penting sebagai sumberdaya manusia bagi keberhasilan pembangunan bangsa (Saptyasih W. N., 2016).

Masa remaja telah dilaporkan menjadi kesempatan untuk pertumbuhan *catch-up*. Kecepatan pertumbuhan yang tinggi menyebabkan remaja membutuhkan energi dan protein yang tinggi. Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan, baik secara fisik, mental, dan aktivitas sehingga, kebutuhan makanan yang mengandung zat-zat gizi menjadi cukup besar (Suryani, 2015).

Empat masalah gizi utama di Indonesia yang belum teratasi, salah satunya adalah anemia. Anemia merupakan masalah kesehatan utama yang sering menimpa hampir sebagian anak-anak, remaja, maupun ibu hamil. Anemia gizi adalah suatu keadaan kadar hemoglobin darah yang lebih rendah daripada normal sebagai akibat ketidakmampuan jaringan pembentuk sel darah merah dalam produksinya guna mempertahankan kadar hemoglobin pada tingkat normal (Windaningsih, 2018).

Salah satu kelompok yang rawan anemia adalah remaja putri. Pada masa itu mereka juga mengalami menstruasi, lebih-lebih pengetahuan mereka yang kurang akan anemia. Pada saat remaja putri mengalami menstruasi yang pertama kali membutuhkan lebih banyak besi untuk menggantikan kehilangan akibat menstruasi tersebut. Remaja putri banyak mengalami kekurangan zat-zat gizi dalam konsumsi

makanan sehari-harinya. Kekurangan zat besi dianggap penyebab paling umum dari anemia secara global (Suryani, 2015).

Remaja putri pada umumnya memiliki karakteristik kebiasaan makan tidak sehat. Sehingga remaja tidak mampu memenuhi keanekaragaman zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuhnya untuk proses sintesis pembentukan hemoglobin (Hb). Bila hal ini terjadi dalam jangka waktu yang lama akan menyebabkan kadar Hb terus berkurang dan menimbulkan anemia (Suryani, 2015).

Dampak anemia yang timbul selama masa pertumbuhan akan mengakibatkan penurunan produktifitas kerja, kemampuan belajar menurun, daya tahan tubuh menurun, menurunnya kesehatan reproduksi, sering pusing, pingsan, pucat (merryana.,et.al, 2012 dalam Cahyaningtyas, 2017). Selain itu anemia juga dapat menyebabkan mudah lelah, menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi. Keadaan ini berpengaruh terhadap konsentrasi dan prestasi belajar serta mempengaruhi produktifitas kerja di kalangan remaja putri. Mengingat dampak yang terjadi sebagai akibat anemia gizi besi sangat merugikan untuk masamendatang, maka usaha pencegahan dan penanggulangan perlu dilakukan. Ada empat strategi yang dapat dilakukan dalam penanggulangan anemia gizi besi yaitu pengawasan penyakit infeksi, pendidikan gizi untuk meningkatkan jumlah asupan zat besi, fortifikasi makanan pokok dengan zat besi, dan pemberian tablet Fe (Windaningsih, 2018).

Berdasarkan Data Riskesdas tahun 2013 prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21.7 %. Prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 26.4 % dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun dan persentase anemia pada wanita usia subur (WUS)

umur 15-24 tahun sebesar 18.4%. Dari semua kelompok umur tersebut, wanita mempunyai resiko paling tinggi untuk menderita anemia terutama remaja putri.

Saat ini program pemberian tablet besi sebagai upaya pencegahan dan penanggulangan anemia di Bali sudah dilaksanakan dengan cara pemberian tablet besi sebagai salah satu upaya penting dalam pencegahan dan penanggulangan anemia yang merupakan cara efektif karena dapat mencegah dan menanggulangi anemia akibat kekurangan zat besi dan asam folat (Windaningsih, 2018).

SMP Negeri 2 Ubud merupakan salah satu sekolah yang mendapatkan tablet besi secara rutin. Satu siswa diberikan empat tablet besi untuk satu bulan. Tablet besi yang diberikan diminum setiap satu minggu sekali. Selain itu di SMP Negeri 2 Ubud juga melakukan monitoring terhadap tanggal pemberian tablet besi.

Adapun hambatan dalam program suplementasi adalah rendahnya kepatuhan. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan minum tablet besi adalah pengetahuan yang dimiliki remaja putri tentang manfaat tablet besi yang dikonsumsi dan anemia yang mereka derita sikap, budaya, dan juga lingkungan (Risva, T.C, 2016)

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Protein, Zat Besi Dan Kepatuhan Minum Tablet Besi Dengan Anemia Gizi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Ubud”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu, adakah Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Protein, Zat Besi Dan Kepatuhan Minum Tablet Besi Dengan Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Ubud?

## **C. Tujuan Penelitian**

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

Untuk mengetahui Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Protein, Zat Besi Dan Kepatuhan Minum Tablet Besi Dengan Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Ubud.

### **2. Tujuan Khusus :**

- a. Menghitung persentase kejadian anemia gizi pada remaja putri di SMP Negeri 2 Ubud.
- b. Menghitung tingkat konsumsi energi, protein, zat besi pada remaja putri di SMP Negeri 2 Ubud.
- c. Mengidentifikasi kepatuhan minum tablet besi pada remaja putri di SMP Negeri 2 Ubud.
- d. Menganalisis hubungan tingkat konsumsi energi, protein, zat besi dengan kejadian anemia gizi pada remaja putri di SMP Negeri 2 Ubud.
- e. Menganalisis hubungan kepatuhan minum tablet besi dengan kejadian anemia gizi pada remaja putri di SMP Negeri 2 Ubud.

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

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

Dapat menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman dalam menganalisis permasalahan yang terjadi di masyarakat terutama mengenai Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Protein, Zat Besi Dan Kepatuhan Minum Tablet Besi Dengan Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Ubud.

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

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Protein, Zat Besi Dan Kepatuhan Minum Tablet Besi Dengan Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Ubud.