

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentangusia 10 hingga 19 tahun, sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun, dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Perbedaan definisi tersebut menunjukkan bahwa tidak ada kesepakatan universal mengenai batasan kelompok usia remaja. Namun begitu, masa remaja itu diasosiasikan dengan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. (WHO,2011)

Masa remaja merupakan masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial. Masa ini merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan banyak perubahan, diantaranya perubahan hormon, massa otot, jaringan lemak tubuh. Perubahan tersebut mempengaruhi kebutuhan gizi. Selain itu kebutuhan gizi pada remaja juga dipengaruhi oleh faktor psikologis (Purnamasari, 2020)).

Sebagai salah satu negara berkembang, Indonesia masih memiliki beberapa hal yang tertinggal dibandingkan dengan negara maju, salah satunya dibidang kesehatan. Salah satu masalah kesehatan yang perlu untuk diperhatikan adalah masalah gizi. Di Indonesia sendiri, terdapat 5 masalah gizi yang menjadi sorotan hingga saat ini, salah satunya adalah anemia. Diperkirakan lebih dari 1,5 milyar atau 30% penduduk yang ada didunia menderita anemia dan sebagian besar adalah penduduk yang tinggal didaerah tropis.(Sholihah,dkk 2019)

Salah satu masalah terbesar saat ini yang di hadapi indonesia adalah anemia gizi. Prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Di Indonesia prevalensi anemia Tahun 2018 pada perempuan usia >15 tahun sebesar 22,7% (Kemenkes RI, 2018). Menurut profil Kesehatan Kabupaten Gianyar tahun 2018 prevalensi anemia di Kabupaten Gianyar pada perempuan sebesar >15 tahun sebesar 19,7%. Hal tersebut menunjukkan bahwa masalah anemia khususnya pada wanita masih cukup tinggi.

Kadar hemoglobin dapat digunakan sebagai parameter yang menandakan keadaan anemia zat besi. Anemia zat besi ditandai dengan kadar hemoglobin di bawah nilai normal 12,0 mg/dl.

Jenis anemia yang paling sering timbul pada remaja putri adalah akibat dari kekurangan zat besi. Berdasarkan AKG adalah untuk kebutuhan protein usia 16-18 tahun kebutuhan 65 gr per hari dan kebutuhan zat besi sebesar 15 mg per hari (PMK, No.28.,2019). Protein berperan dalam tubuh manusia sebagai pembentuk butiran butiran darah yaitu pembentukan *erythrocyt* dengan hemoglobin. (Altmasier, 2010 dalam Nopiana 2018)

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara tingkat konsumsi protein dan zat besi (Fe) dengan kadar hemoglobin remaja putri di SMA N 1 Gianyar.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah ada hubungan tingkat konsumsi protein dan zat besi (Fe) dengan kadar hemoglobin remaja putri di SMA N 1 Gianyar

### **C. Tujuan**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat konsumsi protein dan zat besi (Fe) dengan kadar hemoglobin remaja putri di SMA N 1 Gianyar

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Menilai kadar Hemoglobin remaja putri di SMA N 1 Gianyar
- b. Menilai tingkat konsumsi protein remaja putri di SMA N 1 Gianyar
- c. Menilai tingkat konsumsi zat besi (Fe) remaja putri di SMA N 1 Gianyar
- d. Menganalisis hubungan tingkat konsumsi protein dengan kadar hemoglobin remaja putri di SMA N 1 Gianyar
- e. Menganalisis hubungan tingkat konsumsi zat besi (Fe) dengan kadar hemoglobin remaja putri di SMA N 1 Gianyar

### **D. Manfaat**

#### 1. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menambah wawasan bagi masyarakat khususnya bagi pihak sekolah tentang pentingnya pengetahuan mengenai gizi dalam penerapan kehidupan sehari-hari untuk mendapatkan kadar Hb yang baik

#### 2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi kepada masyarakat khususnya bagi pihak remaja putri mengenai pentingnya pemenuhan konsumsi zat gizi tubuh sehingga dapat memenuhi kebutuhan zat gizi di dalam tubuh dan kaitannya kadar Hb. Sehingga nantinya dapat dijadikan sebagai bahan

penanggulangan dan pemecahan masalah gizi dan anemia yang terjadi di kalangan remaja putri