

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Salah satu faktor yang menentukan sumber daya manusia yang berkualitas adalah pangan yang bergizi, yang diperoleh melalui konsumsi pangan yang baik dan sayuran serta buah buahan yang kaya akan zat besi merupakan salah satu jenis pangan yang dibutuhkan tubuh untuk memenuhi kualitas konsumsi yang baik. Konsumsi zat besi diperlukan tubuh untuk menanggulangi dan mencegah penyakit atau gangguan kesehatan tubuh seperti anemia defisiensi zat besi (Khonsam, 2002).

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut *World Health Organization (WHO) 2013*, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Jumlah penduduk usia remaja (10-19 tahun) di Indonesia sebesar 26,2% yang terdiri dari 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan (*Kemenkes RI, 2013*). Anemia merupakan salah satu faktor penyebab tidak langsung kematian Remaja putri. Angka Kematian wanita (AKW) di Indonesia adalah tertinggi bila dibandingkan dengan Negara ASEAN lainnya. Perempuan yang meninggal karena komplikasi selama kehamilan dan persalinan mengalami penurunan pada tahun 2013 sebesar 289.000 orang. Target penurunan angka kematian ibu sebesar 75% antara tahun 1990 dan 2015 (WHO, 2015). Jika perempuan mengalami anemia akan sangat berbahaya pada

waktu hamil dan melahirkan. Perempuan yang menderita anemia akan berpotensi melahirkan bayi dengan berat badan rendah (kurang dari 2,5 kg). Selain itu, anemia dapat mengakibatkan kematian baik pada ibu maupun bayi pada waktu proses persalinan (Umniyyati Husna, 2002).

Kekurangan zat besi adalah jenis anemia yang paling sering ditemui, yang terjadi bila kita kehilangan banyak darah dari tubuh, (baik karena pendarahan luka maupun karena menstruasi) ataupun karena makanan yang kita konsumsi kurang mengandung zat besi. Infeksi cacing tambang, malaria ataupun disentri juga bisa menyebabkan kekurangan darah yang parah. Ada beberapa tahap sampai tubuh kita kekurangan zat besi. Mula-mula, simpanan zat besi dalam tubuh menurun. Dengan menurunnya zat besi, produksi *hemoglobin* dan sel darah merah pun berkurang. Anemia gizi besi dapat menyebabkan penurunan kemampuan fisik, produktivitas kerja, dan kemampuan berpikir. Selain itu anemia gizi juga dapat menyebabkan penurunan antibodi sehingga mudah sakit karena terserang infeksi (Muljono, 2002).

Remaja putri adalah salah satu kelompok yang rawan terhadap masalah gizi salah satunya adalah defisiensi zat besi, dapat mengenai semua kelompok status sosial-ekonomi, terutama yang berstatus sosial-ekonomi rendah. Masalah gizi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius karena berdampak pada perkembangan fisik, psikis, perilaku dan etos kerja seseorang. Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, yaitu peningkatan status gizi masyarakat. Suatu status gizi yang baik akan mempengaruhi status kesehatan dan prestasi belajar seseorang. Masalah gizi perlu perhatian yang lebih

khusus untuk dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Kartamihardja, akhmani, 2007).

Data hasil Riskesdas tahun 2013, menunjukkan prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2014). Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada balita sebesar 40,5%, ibu hamil sebesar 50,5%, ibu nifas sebesar 45,1%, remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19-45 tahun sebesar 39,5%. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (*Badan Penelitian Dan Pengembangan, 2014*).

Kebijakan Direktorat Gizi masyarakat (2016) dalam program gizi masyarakat tahun 2016 presentase remaja putri yang ditemukan mendapat TTD pada tahun 2016 sebanyak 5,2% dan yang tidak mendapat TTD adalah 94,8%. Sedangkan presentase remaja putri yang ditemukan mendapat TTD berdasarkan cara mendapatkannya yaitu 3,0% mendapat TTD program, 1,9% membeli secara mandiri atau dengan kata lain membeli TTD sendiri dan 0,3% mendapat TTD program & membeli sendiri. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa pada tahun 2016, remaja putri yang mendapat TTD masih terbilang sangat rendah yaitu 5,2%, dari 5,2% tersebut hanya 3,0% saja yang mendapat TTD program dan sisanya membeli TTD sendiri.

Permasalahan gizi termasuk anemia dapat terjadi pada semua kelompok umur, termasuk pada remaja putri dan wanita usia subur dari umur 15-50 tahun, apalagi terdapat kecenderungan remaja putri dari usia 15-20 tahun kurang menyukai sayur dan

sangat jarang mengkonsumsi buah buahan yang kaya akan zat besi ( Kemenkes, 2010 ). Remaja putri termasuk salah satu kelompok yang berisiko tinggi menderita anemia karena remaja putri membutuhkan zat besi lebih tinggi untuk mengganti zat besi yang hilang pada saat menstruasi. Pada hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan antara asupan protein, vitamin A, vitamin C dan zat besi dengan kejadian anemia. Hal ini menunjukkan semakin tinggi asupan zat protein, vitamin A, vitamin C dan zat besi maka semakin tinggi pula nilai kadar hemoglobin yang berarti kejadian anemia semakin rendah (Kirana, 2010).

Menurut keterangan pihak sekolah di SMP Negeri 1 Bangli belum dilakukan evaluasi secara rutin oleh petugas kesehatan mengenai program pemberian dan penyuluhan tentang anemia gizi besi terhadap para siswi sehingga dari pihak sekolah pun belum mengetahui secara rinci apakah program tersebut berpengaruh terhadap pengetahuan ataupun perilaku siswi mengenai anemia.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan kajian tentang gambaran tingkat konsumsi Fe dan tingkat pengetahuan tentang anemia gizi besi di SMP Negeri 1 Bangli.

## **B. Rumusan masalah**

Bagaimanakah tingkat konsumsi Fe dan tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia gizi besi di SMP N 1 Bangli ?

### **C. Tujuan**

#### 1. Tujuan umum

Untuk mengetahui gambaran tingkat konsumsi Fe dan tingkat pengetahuan tentang anemia gizi besi pada Remaja putri di SMP N 1 Bangli

#### 2. Tujuan khusus

- a. Mengukur tingkat konsumsi Fe pada remaja putri di SMP N 1 Bangli
- b. Menghitung kontribusi Fe yang bersumber dari pangan dan non pangan pada remaja putri di SMP N 1 Bangli
- c. Menilai tingkat pengetahuan tentang anemia gizi besi pada remaja putri di SMP N 1 Bangli

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat praktis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi sekolah untuk dapat melihat bagaimana pengaruh pengetahuan remaja putri tentang anemia gizi besi terhadap asupan zat besi remaja putri tersebut. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan kajian atau informasi tambahan peneliti selanjutnya serta dapat dijadikan pertimbangan masukan untuk remaja putri agar lebih meningkatkan konsumsi TTD dan makanan yang mengandung zat besi tinggi..

## 2. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu pandangan dalam bidang ilmu gizi mengenai pengaruh pengetahuan remaja putri tentang anemia gizi besi terhadap konsumsi Fe.