

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan salah satu dari empat masalah gizi utama yang ada di Indonesia dan sebagian besar anemia diakibatkan kekurangan zat besi (anemia defisiensi besi). Anemia gizi besi terjadi karena kekurangan zat besi dalam tubuh sehingga pembentukan sel - sel darah merah dan fungsi lain dalam tubuh menjadi terganggu. Remaja putri merupakan aset bangsa Indonesia untuk tercapainya generasi yang baik di masa mendatang. Anemia merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan penderitanya mengalami kelelahan, letih dan lesu sehingga akan berdampak pada kreativitas dan produktivitasnya, serta dapat melahirkan generasi yang bermasalah gizi bila tidak segera ditangani (Kemenkes RI, 2021).

Hasil laporan Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja di Indonesia mencapai 32% pada kelompok umur 15-24 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa masalah anemia pada remaja masih cukup tinggi (Simanungkalit and Simarmata 2019). Berdasarkan Data Riskesdas 2013 di Provinsi Bali, prevalensi anemia sebanyak 27,1%. Penelitian anemia yang dilakukan di Kabupaten Badung oleh Putra, Kadek Agus Dwija tahun 2019 menemukan bahwa sebanyak 13,2 % remaja putri usia 15-18 tahun mengalami anemia, dengan faktor risiko yang paling bermakna yaitu pengetahuan tentang anemia. Namun penelitian ini belum menggambarkan konsumsi yang berkaitan dengan anemia remaja (K. A. D. Putra 2019).

Faktor yang dapat memengaruhi terjadinya anemia defisiensi besi adalah pola makan, pola haid, pengetahuan mengenai resiko terjadinya anemia defisiensi besi, pengetahuan mengenai zat-zat yang dapat memicu terjadinya anemia karena zat tersebut dapat menghambat absorpsi besi, penyakit infeksi dan konsumsi obat-obatan (Prasetya, Wihandani, and Sutadarma 2019). Zat besi dibutuhkan pada semua sel tubuh dan merupakan dasar dalam proses fisiologis, seperti pembentukan hemoglobin (sel darah merah) dan fungsi enzim. Setiap bulanya remaja putri mengalami menstruasi yang menyebabkan sel darah merah dalam tubuh berkurang, sehingga perempuan membutuhkan asupan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki (Yunita et al. 2020).

Remaja putri cenderung menentukan sendiri, makanan apa yang akan dikonsumsi, makanan yang mereka pilih merupakan sebuah gerakan dari berbagai faktor yang meliputi kebiasaan makanan. Umumnya pola konsumsi remaja kurang bervariasi serta jumlah yang sedikit dan dikonsumsi tidak lengkap tiap kali makan sehingga menyebabkan asupan zat besi rendah (Insani 2019). Rendahnya asupan zat besi sering terjadi pada remaja yang mengkonsumsi bahan makanan yang kurang beragam sehingga pada remaja dapat menyebabkan terjadinya anemia gizi besi. Asupan zat besi akan terpenuhi bila pola konsumsi makanan remaja dikontrol dengan baik (Sabrina et al. 2020).

Absorpsi zat besi dapat ditingkatkan melalui konsumsi vitamin C dan protein. Vitamin C dapat meningkatkan absorpsi zat besi *non heme* sampai empat kali lipat. Vitamin C dan zat besi membentuk senyawa askorbat besi kompleks yang larut dan mudah diabsorpsi, oleh karena itu sayuran segar dan buah-buahan yang mengandung vitamin C sangat baik dikonsumsi untuk mencegah anemia.

Protein seperti daging, ikan, dan ayam (*meat factor*), apabila ada dalam menu makanan walaupun dalam jumlah yang sedikit akan meningkatkan absorpsi zat besi *non heme* yang berasal dari *serealia* dan tumbuhan-tumbuhan. Selain itu, dalam cairan darah harus terdapat protein dalam jumlah yang cukup (Adriani and Bambang Wirjatmadi 2012).

Berdasarkan hasil penelitian Sholicha dan Muniroh (2019) ada hubungan antara asupan zat besi, protein dan vitamin C dengan kadar hemoglobin. Tingkat kecukupan asupan zat besi, protein, dan vitamin C yang kurang akan menyebabkan kadar hemoglobin rendah sehingga remaja putri beresiko mengalami anemia (Sholicha and Muniroh 2019).

Strategi untuk mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja adalah dengan cara suplementasi besi, fortifikasi makanan, dan meningkatkan ketahanan pangan (Habib et al., 2018) dalam Ernalia and Tamba (2019). Jadi upaya yang dilaksanakan oleh pemerintah melalui Dinas Kesehatan Provinsi Bali dalam mencegah anemia adalah program pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri, telah resmi dilakukan sejak tahun 2016 sesuai dengan Surat Edaran NOMOR HK03.03/V/0595/2016 (Kemenkes RI, 2016). Program tersebut juga dilakukan di wilayah kerja Puskesmas II Abiansemal dan di SMA Negeri 2 Abiansemal.

Berdasarkan informasi yang didapat dari pihak sekolah, SMA Negeri 2 Abiansemal mendapatkan tablet tambah darah oleh petugas Puskesmas II Abiansemal yaitu sebanyak 4 butir tablet tambah darah setiap bulannya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 29 Juni 2021 yang dilakukan pada 10 orang siswi kelas XI di SMA Negeri 2 Abiansemal, didapatkan 3 orang siswi memiliki kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah, 3 orang siswi kurang patuh mengkonsumsi tablet tambah darah dan 4 orang siswi tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik ingin meneliti Hubungan Konsumsi Fe, Vitamin C Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Status Anemia Pada Siswi SMAN 2 Abiansemal.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : Adakah Hubungan Konsumsi Fe, Vitamin C Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Status Anemia Pada Siswi SMAN 2 Abiansemal?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum :

Mengetahui hubungan konsumsi Fe, vitamin C dan tablet tambah darah dengan status anemia pada siswi SMAN 2 Abiansemal.

2. Tujuan Khusus :

- a. Menghitung konsumsi Fe pada siswi SMAN 2 Abiansemal.
- b. Menghitung konsumsi vitamin C pada siswi SMAN 2 Abiansemal.

- c. Mengidentifikasi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi SMAN 2 Abiansemal.
- d. Mengetahui proporsi anemia pada siswi SMAN 2 Abiansemal.
- e. Menganalisis hubungan konsumsi Fe dengan status anemia siswi SMAN 2 Abiansemal.
- f. Menganalisis hubungan konsumsi vitamin C dengan status anemia siswi SMAN 2 Abiansemal.
- g. Menganalisis hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia siswi SMAN 2 Abiansemal.

D. Manfaat

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang benar dan jelas kepada masyarakat mengenai hubungan konsumsi Fe, vitamin C dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia pada siswi SMAN 2 Abiansemal.

2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan serta tambahan informasi, khususnya di bidang gizi, instansi terkait dan bagi para peneliti lainnya yang ingin melakukan penelitian lebih dalam dan serius mengenai anemia pada remaja putri.