

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja putri merupakan kelompok yang sangat penting dalam siklus kehidupan karena sedang berada pada fase percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikologis, serta menjadi masa persiapan menuju usia dewasa dan reproduksi yang sehat (Soetjiningsih, 2016). Pada fase ini, remaja putri membutuhkan asupan zat gizi yang optimal, terutama zat besi, untuk mendukung proses tumbuh kembang. Zat besi berperan dalam pembentukan hemoglobin yang mengangkut oksigen ke seluruh tubuh, menjaga daya konsentrasi belajar, serta menunjang sistem kekebalan tubuh (Almatsier, 2019; WHO, 2011). Kekurangan asupan zat gizi, khususnya zat besi, dapat menimbulkan dampak jangka pendek berupa mudah lelah, sulit konsentrasi, dan prestasi belajar menurun, sedangkan dalam jangka panjang dapat menyebabkan anemia kronis, gangguan pertumbuhan, hingga meningkatkan risiko komplikasi kehamilan dan melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (Kemenkes RI, 2018).

Status gizi remaja putri dapat dinilai dengan menggunakan indikator Indeks Massa Tubuh (IMT), Lingkar Lengan Atas (LILA), dan kadar hemoglobin (Hb). IMT rendah mengindikasikan adanya gizi kurang yang berdampak pada menurunnya daya tahan tubuh serta meningkatkan kerentanan terhadap penyakit infeksi (Hardinsyah & Supariasa, 2016). LILA yang kurang menggambarkan rendahnya

cadangan energi serta risiko kekurangan energi kronis (KEK) yang dapat berdampak pada kesehatan reproduksi dan kemungkinan melahirkan anak stunting di masa depan. Hasil penelitian Fitriani *et al.* (2020) menunjukkan bahwa remaja putri dengan status gizi kurang memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia dan berkontribusi terhadap kejadian stunting pada generasi berikutnya. Penelitian serupa oleh Sari & Rahmawati (2021) juga menemukan adanya hubungan signifikan antara status gizi remaja putri dengan kejadian stunting pada balita, di mana remaja dengan kekurangan energi kronis berpotensi melahirkan anak dengan pertumbuhan terhambat. Sedangkan kadar Hb rendah menunjukkan kondisi anemia, yang menyebabkan tubuh kekurangan pasokan oksigen. Kondisi ini membuat remaja putri lebih cepat lelah, menurunkan daya konsentrasi, mengganggu prestasi belajar, serta berisiko pada kesehatan reproduksi di masa mendatang (WHO, 2011).

Permasalahan status gizi pada remaja putri masih cukup tinggi di Indonesia. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri usia 15–24 tahun mencapai 15,5%. Angka ini memang mengalami penurunan dibandingkan Riskesdas 2018 yang mencatat sekitar 32%, namun tetap menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian (Kemenkes RI, 2023). Selain itu, SKI 2023 juga mencatat adanya beban gizi ganda pada remaja, di mana proporsi remaja putri usia 15–24 tahun dengan status kurus sebesar 8,1%, sementara yang

mengalami obesitas mencapai 7,4%. Kondisi ini menandakan bahwa remaja putri tidak hanya menghadapi masalah gizi kurang, tetapi juga gizi lebih yang sama-sama berdampak pada kesehatan jangka panjang. Di Provinsi Bali, masalah gizi remaja juga masih menjadi perhatian. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh Puskesmas Abang tahun 2024, melalui kegiatan Skrining Anemia pada siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Abang Kabupaten Karangasem, menunjukkan bahwa banyak remaja putri memiliki kadar Hb di bawah 12 g/dL, yang mengindikasikan kondisi anemia. Temuan ini menguatkan bahwa permasalahan anemia pada remaja putri bukan hanya gambaran nasional, tetapi juga nyata terjadi di tingkat lokal, khususnya di Karangasem.

Pemerintah sebenarnya telah melaksanakan berbagai program untuk mengatasi masalah gizi remaja putri, antara lain melalui pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di sekolah, edukasi gizi seimbang, serta pembentukan Posyandu Remaja (Kemenkes RI, 2018). Namun, kendala yang sering muncul adalah rendahnya kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD, kurangnya pemahaman akan pentingnya pemenuhan gizi, serta terbatasnya pemantauan rutin terhadap indikator status gizi seperti IMT, LILA, dan kadar Hb. Evaluasi program juga menunjukkan bahwa masih diperlukan tindak lanjut berupa pengawasan lebih ketat, penyuluhan yang berkesinambungan, serta kerja sama antara sekolah, puskesmas, dan orang tua untuk meningkatkan status gizi remaja putri (WHO, 2021; Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran Status Gizi pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Abang, Kabupaten Karangasem, Provinsi Bali” dengan menilai indikator IMT, LILA, dan kadar hemoglobin. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran nyata mengenai status gizi remaja putri serta menjadi dasar untuk upaya pencegahan anemia dan peningkatan kesehatan remaja putri secara berkelanjutan. Penelitian ini difokuskan pada remaja putri karena kelompok ini memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap masalah gizi dibandingkan remaja putra. Remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan yang meningkatkan risiko kehilangan zat besi dan anemia. Selain itu, banyak remaja putri yang melakukan diet tidak seimbang demi alasan penampilan sehingga berpotensi mengalami kekurangan energi kronik (KEK). Status gizi pada remaja putri juga sangat penting karena akan memengaruhi kesehatan reproduksi di masa depan. Remaja putri yang mengalami anemia atau KEK berisiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR) dan stunting.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran status gizi remaja putri di sekolah menengah pertama negeri 2 abang kabupaten karangasem?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran status gizi remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Abang Kabupaten Karangasem.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus penelitian ini, yaitu :

- a. Mengetahui status gizi remaja putri berdasarkan Indeks Masa Tubuh di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Abang Kabupaten Karangasem.
- b. Mengetahui status gizi remaja putri berdasarkan Lingkar Lengan Atas di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Abang Kabupaten Karangasem
- c. Mengetahui status gizi remaja putri berdasarkan Kadar Hemoglobin di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Abang Kabupaten Karangasem

## **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini dapat memperkaya ilmu pengetahuan di bidang kesehatan, khususnya mengenai status gizi pada remaja putri.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Bagi Remaja Putri**

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya menjaga status gizi, melalui pemenuhan zat gizi seimbang, khususnya zat besi, guna mencegah anemia dan dampaknya terhadap kesehatan maupun prestasi belajar.

### **b. Bagi Pihak Sekolah**

Hasil penelitian dapat memberikan gambaran kondisi status gizi siswi sehingga dapat menjadi dasar dalam upaya perencanaan program kesehatan gizi oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes), termasuk pemantauan gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

### **c. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini dapat menjadi pengalaman ilmiah yang berharga dalam menerapkan teori ke dalam praktik penelitian lapangan, serta menjadi referensi awal untuk penelitian lanjut mengenai status gizi dan anemia remaja dimasa depan.

### **d. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil Penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi tambahan di perpustakaan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar.