

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang banyak terjadi dan tersebar di seluruh dunia, baik di Negara berkembang dan Negara miskin. Menurut World Health Organization (WHO, 2017), prevalensi Anemia dunia berkisar 40-88%. Angka kejadian Anemia pada Remaja putri di Negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua Remaja putri. Anemia sering menyerang Remaja putri disebabkan karena stress, haid, atau terlambat makanan.

Pada tahun 2013, sekitar 37,1 % remaja putri mengalami anemia. Angka ini naik menjadi 48,9 % pada tahun 2018. Proporsi anemia terjadi paling besar di kelompok umur 15-24 tahun, dan 25 sampai 34 tahun. (Riskesdas, 2018).

Profil kesehatan Indonesia mencatat penduduk Indonesia yang tergolong usia Remaja (10-19 tahun) adalah sekitar 21% (44 juta jiwa) terdiri dari 50,8% Remaja laki-laki dan 49,2% Remaja Perempuan. Menurut SDKI, prevalensi penyakit Anemia sebanyak 75,9% pada Remaja putri.

Provinsi Lampung tercatat sebagai peringkat pertama di wilayah Sumatra untuk jumlah penderita anemia. Tingginya kejadian anemia di Provinsi Lampung yaitu sebanyak 67%, angka itu lebih tinggi dari angka anemia gizi nasional yang hanya sekitar 63,5%.

Menurut Data Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, tahun 2017 prevalensi kejadian anemia mencapai 22,4% dari 6.200 pada tahun 2018 mencapai 20,7% dari 5.800 dan pada tahun 2019 prevalensi anemia meningkat kembali menjadi 23,2% dari 6.230 (Dinkes, 2019).

Anemia merupakan suatu kondisi di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah normal (<12 gr/dl) bagi Remaja putri (WHO, 2011). Remaja putri memiliki risiko paling tinggi menderita Anemia disebabkan oleh beberapa hal, seperti Remaja pada masa pertumbuhan membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk Zat Besi, adanya siklus menstruasi yang menyebabkan Remaja putri banyak kehilangan darah, banyaknya Remaja putri yang melakukan diet ketat, lebih banyak mengonsumsi makanan nabati yang kandungannya zat besi sedikit, dibandingkan dengan makanan hewani, sehingga zat besi tidak terpenuhi dan asupan gizinya tidak seimbang (Nuraeni, 2019).

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan remaja terutama remaja putri yang masih menjadi fokus masalah kesehatan masyarakat di hampir seluruh negara. Anemia terjadi karena adanya defisiensi jumlah atau ukuran sel darah merah atau jumlah hemoglobin yang terkandung pada sel darah merah. Sebagian besar anemia disebabkan oleh kurangnya zat gizi seperti zat besi (Fe), vitamin B12, dan asam folat untuk sintesis sel darah merah secara normal (Kathleen, 2017).

Kesehatan seorang Remaja putri sebagai calon seorang ibu dan sekaligus sebagai penerus bangsa perlu menjadi perhatian utama. Hal ini berkaitan juga dengan target SDGS yang masih memerlukan upaya keras untuk pencapaiannya, yaitu kesehatan ibu melahirkan. Dalam siklus hidup, tahap masa Remaja terutama Remaja

putri sangat penting, karena pada masa ini terjadi proses tumbuh kembang, sehingga bila proses ini berlangsung secara optimal akan menghasilkan Remaja putri yang sehat dan pada akhirnya akan menghasilkan calon ibu yang sehat pula. *United Nations Population Fund* (UNFPA) menyatakan bahwa ketika Remaja Perempuan diberi kesempatan untuk mengakses pendidikan dan kesehatan mereka, termasuk kesehatan reproduksi, akan menciptakan peluang bagi Remaja untuk untuk merealisasikan potensi, maka 79 Remaja dapat mengelola dengan baik masa depan diri mereka, keluarga, dan masyarakat (BKKBN,2016).

Anemia terjadi karena berbagai sebab, seperti kurangnya asupan protein, zat besi (Fe), vitamin C, asam folat dan vitamin B12. Hal yang mendasari anemia pada remaja putri adalah 2 kurangnya pengetahuan tentang pentingnya asupan yang mengandung protein dan Fe serta vitamin yang meningkatkan penyerapan besi salah satunya vitamin C yang membuat prevalensi anemia pada remaja semakin tinggi. Asupan yang beragam memegang peranan penting untuk mengatasi anemia, asupan yang tidak beragam dapat membuat remaja semakin rentan terkena anemia (Kemenkes, 2018).

Dampak Anemia yang dialami Remaja putri akan membuat Remaja merasa lesu, bisa menurunkan kemampuan daya ingat sehingga prestasi akademik tidak optimal dan juga dapat berdampak lebih serius, mengingat mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan bayi, sehingga memperbesar risiko kematian ibu, melahirkan bayi premature dan berat bayi lahir rendah (BBLR). (Sari, 2020).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan dalam memberikan dan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang anemia serta cara mendeteksi dini adalah dengan cara memberikan pendidikan kesehatan dan pemeriksaan sedini mungkin sehingga dapat meningkatkan kualitas Remaja sebagai penerus bangsa (Putrianti, & Krismiyati, 2019).

Vitamin B12 atau kobalamin merupakan molekul terbesar yang kompleks dan mengandung mineral kobalt mirip dengan besi terikat dalam hemoglobin atau magnesium dalam klorofil. Vitamin ini menyerupai bentuk yang berbeda-beda dalam serum dan jaringan (almatsier,2016).

Vitamin C dapat meningkatkan absorpsi besi dalam bentuk nonheme hingga empat kali lipat, yaitu dengan merubah feri menjadi fero dalam usus halus sehingga mudah untuk diabsorpsi. Selain itu, vitamin C juga menghambat pembentukan hemosiderin yang sukar dimobilisasi untuk membebaskan besi jika diperlukan .salah satu upaya dalam mengatasi kadar hemoglobin rendah yaitu dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung vitamin C untuk membantu penyerapan besi. Remaja putri memiliki resiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra.Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. (Abdullah, 2016).

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk meneliti hubungan asupan B12 dan vitamin C dengan kejadian Anemia pada Remaja Putri tahun 2023 yang menjadi salah satu masalah yang ada Indonesia dengan menggunakan jurnal-jurnal yang berhubungan dengan topik tersebut.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana Hubungan Asupan B12 dan Vitamin C dengan Anemia pada Remaja Putri (*Study Literature*) 2023 ?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah di ketahui Hubungan B12 dan Vitamin C dengan Anemia Pada Remaja putri Tahun 2023 dari penelurusan Pustaka.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui Hubungan Asupan B12 dengan Anemia Pada Remaja putrid
- b. Diketahui Hubungan Asupan Vitamin C dengan Anemia pada Remaja putri

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah pengetahuan, wawasan, keterampilan, dan mengembangkan ilmu kesehatan di bidang gizi terkhusus dalam Hubungan B12 dan Vitamin C dengan Anemia pada remaja putri.

### **2. Manfaat Aplikatif**

#### **A. Bagi Peneliti**

Dapat memperoleh Pengetahuan dan Pengalaman dalam mengaplikasikan teori-teori yang didapat dalam bentuk penelitian. Terutama teori seperti hubungan B12 dan Vitamin C dengan Anemia pada remaja putri.

#### **B. Bagi Institusi Pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai topik Hubungan B12 dan Vitamin C dengan Anemia pada remaja putri.

## **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan yang bertujuan untuk menelaah jurnal Hubungan Asupan B12 dan Vitamin C dengan Anemia pada remaja putri berdasarkan hasil penelitian yang relevan. Penelitian ini memiliki variabel deskriptif yaitu B12, vitamin C dan remaja putri. Literatur yang digunakan adalah 48 jurnal dalam rentang waktu 2018-2023 di Indonesia dan buku-buku mengenai kejadian Anemia pada remaja putri dengan kata kunci B12, vitamin C dan anemia pada remaja Putri.