

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Di Indonesia permasalahan gizi pada remaja masih menjadi pekerjaan rumah yang belum terselesaikan. Masalah kekurangan gizi mikro seperti anemia adalah salah satu dari beberapa masalah yang terjadi di Indonesia. Memasuki era globalisasi yang ditandai dengan adanya persaingan dari berbagai aspek, tentu diperlukan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas sehingga mampu untuk bersaing dengan negara lain.

Remaja merupakan generasi emas yang perlu sekali kita perhatikan kesehatan dan gizinya. Yang dimana kesehatan dan gizi merupakan salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap kualitas SDM disuatu negara, yang dapat digambarkan melalui pertumbuhan ekonomi, tingkat Pendidikan dan masalah kesehatan seperti anemia pada remaja.

Masa remaja putri memiliki masa pertumbuhan dan berkembang yang di tandai dengan terjadinya perubahan sangat cepat baik secara fisik, psikis, dan kognitif, rentang usia remaja adalah 10 - 24 tahun dan belum menikah. Salah satu masalah yang sering muncul pada remaja putri adalah anemia. Remaja putri memiliki resiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini di karenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja (Choiriyah, 2015).

Anemia gizi merupakan salah satu masalah gizi di Indonesia. Sebagian besar anemia gizi ini adalah anemia gizi besi. Penyebab anemia gizi besi terutama karena makanan yang dimakan kurang mengandung besi, terutama dalam bentuk besi-hem. Di samping itu pada wanita karena kehilangan darah karena haid dan persalinan (Almatsier, 2015).

Anemia defisiensi besi, ialah salah satu dari banyaknya jenis anemia yang paling banyak dialami oleh anak sekolah khususnya remaja putri yang dimana menjadi masalah kesehatan yang belum terselesaikan karena prevalensinya lebih dari standar nasional yaitu  $\geq 20\%$ . Menurut data hasil Riskesdas tahun 2018, tercatat sebesar 26,8% anak usia 5-14 tahun menderita anemia dan 32% pada usia 15-24 tahun. lalu berdasarkan data Riskesdas 2018 prevalensi anemia untuk remaja putri di Provinsi Lampung ialah sebesar 24,8% . Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik. Bagaimana pun, Remaja putri merupakan salah satu populasi yang rentan terkena masalah anemia.

Anemia didefinisikan juga sebagai berkurangnya konsentrasi hemoglobin dalam eritrosit sehingga tidak mencukupi untuk kebutuhan fisiologis dalam tubuh. Menurut WHO tahun 2013, kadar hemoglobin normal untuk wanita yakni  $>12,0$  g/dl ( $>7,5$  mmol). Gejala umum anemia merupakan gejala yang timbul akibat anoksia organ target dan mekanisme kompensasi tubuh terhadap penurunan hemoglobin pada semua jenis anemia. Gejala-gejala tersebut meliputi lemah, letih, lesu, sakit kepala, pusing, dan mata berkunang-kunang (Amalia dkk, 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wanda Hendrarini & isnaeni (2023) menunjukkan bahwa kejadian anemia pada remaja putri di MTS Muhammadiyah Penyasawan sebesar 41.18% yang terdiri dari anemia tingkat ringan 19.12% dan anemia tingkat sedang 22.06%. Data penelitian yang dilakukan oleh Widyanti pada tahun (2018) pada remaja SMA AL-Azhar 3 Bandar lampung, prevalensi kejadian anemia sebesar 39,1%. Kemudian, ada pula hasil wawancara mendalam responden yang dilakukan oleh Nunung (2023) di SMPIT Majmaul Bahrain Bogor bahwa banyak remaja yang memiliki kebiasaan minum teh setelah makan yaitu sekitar 33,5%. Oleh karena itu, prevalensi anemia yang didapatkan pada penelitian yang dilakukan di SMPIT Majmaul Bahrain Bogor cukup tinggi yaitu sebesar 25,7%.

Anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, pendarahan yang hebat, diet yang buruk, kurangnya kadar zat besi dalam tubuh, kekurangan protein, dan vitamin C. Rendahnya asupan zat besi yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi pangan sebagai sumber zat besi sangat memengaruhi terjadinya anemia. Besi merupakan mikro elemen yang esensial bagi tubuh, sebagai

faktor utama pembentuk hemoglobin. Salah satu dampak dari rendahnya asupan zat besi dapat menyebabkan terjadinya anemia defisiensi besi (Choiriyah, 2015). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Denistikasari (2016), menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara asupan zat besi (Fe) dengan kejadian anemia. Prevalensi asupan zat besi (Fe) kurang dan mengalami anemia sebesar 84,6%.

Faktor lain yang memengaruhi anemia adalah vitamin C. Vitamin C memiliki keterkaitan dengan kejadian anemia, kolerasi bersifat positif menunjukkan semakin tinggi asupan vitamin C maka kadar Hb akan semakin tinggi. Vitamin C memiliki fungsi sebagai promotor terhadap absorpsi besi dengan cara mereduksi besi ferri menjadi ferro. Suplementasi vitamin C juga meningkatkan penyerapan zat besi dari pangan nabati (non-hem) (Choiriyah, 2015). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Denistikasari (2016), menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara asupan vitamin C dengan kejadian anemia. Prevalensi asupan vitamin C kurang dan mengalami anemia sebesar 72,7%.

Salah satu gangguan penyerapan zat besi adalah kebiasaan minum teh. Teh adalah salah satu minuman yang paling populer di dunia. Indonesia merupakan negara penghasil teh terbesar keenam di dunia dengan tingkat konsumsi orang Indonesia mencapai 0,8 kg/kapita/tahun. Minum teh sudah menjadi tradisi di keseharian masyarakat Indonesia hampir setiap rumah menyimpan teh sebagai salah satu minuman favoritnya dimana orang Indonesia terbiasa mengonsumsi teh setelah makan (Bambang, 2013) dalam Pratiwi Dian (2019).

Teh mengandung senyawa zat tanin yang bisa memberikan efek menghambat penyerapan zat besi apabila dihubungkan dengan kombinasi makanan yang diserap pada waktu makan tertentu. Jika tubuh kekurangan zat besi maka pembentukan butir darah merah hemoglobin berkurang (Besral, 2010) dalam Pratiwi Dian (2019). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Suni (2016) menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan bahwa semakin sering kebiasaan minum teh maka semakin rendah pula kadar hemoglobin yang artinya risiko anemia pada orang yang memiliki kebiasaan minum teh sering 0,025 kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang memiliki kebiasaan minum teh jarang. Prevalensi kebiasaan minum teh sering dan mengalami anemia sebesar

72,4%.

SMP IT Fitrah Insani Bandar Lampung merupakan sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu yang berdiri pertama kali di Bandar Lampung. Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan, sejak Oktober 2023 SMPIT Fitrah Insani tidak lagi mendapatkan distribusi tablet Fe dari puskesmas setempat.

Berdasarkan uraian di atas inilah yang kemudian membuat peneliti merasa tertarik untuk meneliti tentang gambaran status anemia serta faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada siswi di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam pendahuluan tersebut, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Bagaimana prevalensi anemia dan faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia pada siswi di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung Tahun 2024?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk diketahui gambaran status anemia pada remaja putri di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung tahun 2024.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui gambaran status anemia (kadar Hb) pada remaja putri di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung Tahun 2024.
- b. Diketahui gambaran status gizi (IMT/U) pada remaja putri di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung Tahun 2024.
- c. Diketahui gambaran asupan zat besi (Fe) pada remaja putri di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung Tahun 2024.
- d. Diketahui gambaran asupan vitamin C pada remaja putri di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung Tahun 2024.
- e. Diketahui gambaran kebiasaan minum teh pada remaja putri di

## SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung Tahun 2024.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi tentang anemia dan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia terutama di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung.

#### 2. Manfaat aplikatif

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menjadi masukan kepada pihak SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung.

### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran status anemia dan faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia pada remaja putri di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung. Variabel penelitian ini adalah, status anemia, status gizi, asupan zat besi, dan vitamin C, serta kebiasaan mengkonsumsi teh.