

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Masa remaja (*adolescence*) merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang ditandai dengan terjadinya perubahan sangat cepat secara fisik, psikis, dan kognitif. Masalah gizi yang sering terjadi pada saat ini adalah obesitas, kurang energi kronis (KEK), stunting dan anemia. Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau level hemoglobin dalam sel darah merah berada dibawah nilai normal.⁽¹⁾ Faktor resiko utama anemia pada remaja putri adalah asupan zat besi yang kurang, infeksi tingkat tinggi, kemiskinan dan penyakit tertentu. Sekitar 50% dari kasus anemia disebabkan oleh anemia defisiensi zat besi atau kurangnya asupan zat besi yang dikonsumsi seseorang.

Dampak negatif yang terjadi pada remaja anemia ialah terganggunya pertumbuhan, perkembangan, kemampuan kognitif dan konsentrasi belajar, serta penurunan daya tahan tubuh yang dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit infeksi. Anemia yang terjadi saat remaja kemudian terbawa hingga remaja tersebut berumah tangga dan mengalami kehamilan, maka akan berdampak negatif pada janin yang dikandung dan bayi yang akan dilahirkan.⁽²⁾ Dampak negatif tersebut berupa masalah kesehatan antara lain seperti pertumbuhan janin terhambat, BBLR (Berat Bayi Lahir Rendah), stunting, bayi lahir dengan cadangan zat besi (Fe) rendah, tingginya resiko kesakitan dan kematian neonatal dan bayi.⁽¹⁾

Prevalensi anemia untuk usia >15 tahun secara global menurut World Health Organization (WHO, 2019) yaitu 29,6%.⁽³⁾ Masalah kesehatan anemia ini merupakan masalah kesehatan tingkat sedang karena berada pada rentang 20% - 39,9%.⁽⁴⁾

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, angka prevalensi anemia di Indonesia sebesar 21,7%. Prevalensi anemia remaja usia 15-24 tahun sekitar 18,4%.⁽⁵⁾ Sedangkan berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun adalah sebesar 32%. Hal ini menunjukkan bahwa 3-4 orang dari 10 orang remaja mengalami anemia. Proporsi anemia pada perempuan lebih tinggi (27,2%) dibandingkan proporsi anemia pada laki-laki (20,3%).⁽⁶⁾

Berdasarkan hasil penelitian dari badan penelitian dan pengembangan daerah provinsi Jambi tahun 2017, jumlah penderita anemia pada umur >15 tahun sebesar 60,45%.⁽⁷⁾ Hasil penelitian oleh Kalsum dan Halim tahun 2015 di Kabupaten Muaro Jambi tercatat prevalensi anemia pada remaja putri 67%. Data dari Puskesmas Rawat Inap Muara Jambi Kumpeh tahun 2023, sebesar 45% siswi putri di wilayah kerja puskesmas tersebut mengalami anemia. Jumlah siswi yang mengalami anemia terbanyak berada di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi yaitu sebesar 76%.⁽⁸⁾

Bagaimanapun, Remaja putri merupakan salah satu kelompok populasi yang rentan terkena masalah anemia. Remaja putri sangat rentan mengalami anemia dikarenakan mereka sudah memasuki masa pubertas yang mana akan mengalami pertumbuhan pesat dan menstruasi sehingga kebutuhan akan zat besi juga meningkat untuk menunjang pertumbuhannya. Sebagian besar remaja putri juga melakukan diet yang keliru bertujuan untuk menurunkan berat badan, diet yang dilakukan diantaranya berlebihan dalam membatasi konsumsi zat gizi makro terutama dalam hal membatasi konsumsi protein hewani yang berfungsi untuk pembentukan hemoglobin sehingga kebutuhan akan zat besinya tidak tercukupi dan meningkatkan kejadian anemia.⁽¹⁾

Faktor resiko penyebab utama anemia adalah asupan sumber zat besi (Fe) yang kurang dari kebutuhan perhari nya.⁽⁹⁾ Konsumsi zat besi yang sedikit dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurangnya pengetahuan, ketersediaan pangan dan kebiasaan makan yang salah. Secara umum, konsumsi makanan berkaitan erat dengan pengetahuan dan status gizi.⁽¹⁰⁾

Pengetahuan gizi pada remaja merupakan hasil tahu terhadap gizi melalui penginderaan remaja. Penginderaan remaja terhadap gizi dalam kurun waktu tertentu akan menghasilkan pengetahuan yang dapat berpengaruh terhadap persepsi remaja tentang gizi.⁽¹⁰⁾ Pengetahuan akan mempengaruhi pola pikir seseorang untuk menentukan sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Pengetahuan remaja yang baik tentang anemia adalah hal utama dalam menjaga pemenuhan zat besi dalam makanan sehari-hari.⁽¹¹⁾ Apabila remaja mengetahui dan memahami akibat anemia dan cara mencegah anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik dengan harapan dapat terhindar dari berbagai risiko dari terjadinya anemia.⁽¹²⁾

Penelitian yang telah dilakukan oleh Nurhayati pada tahun 2020 menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di MAN 1 Banjarmasin, didapatkan bahwa siswi yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung tidak anemia sebanyak 13 responden (100%), siswi yang memiliki pengetahuan cukup cenderung mengalami anemia sebanyak 6 responden (54,5%) dan siswi yang memiliki pengetahuan yang kurang cenderung mengalami anemia sebanyak 31 responden (75,6%).⁽¹³⁾

Anemia secara langsung dipengaruhi oleh konsumsi makanan sehari-hari dan konsumsi makanan berkaitan dengan status gizi. Mengonsumsi makan-makanan yang bergizi seimbang dan baik akan memperoleh status gizi yang baik sedangkan

sebaliknya, jika mengkonsumsi makan-makanan yang kurang nilai gizinya maka akan memperoleh status gizi yang kurang atau kekurangan gizi dan dapat menyebabkan anemia dikarenakan inadekuat oral intake.^(1.14)

Penanggulangan dan pencegahan anemia pada remaja putri dengan suplementasi tablet besi (pemberian tablet tambah darah) penting dilakukan karena tablet besi ini bertujuan untuk mencegah anemia yang terutama disebabkan oleh defisiensi zat besi sehingga prevalensi anemia dapat menurun. Suplemen tablet besi ini merupakan program pemerintah yang salah satu sasarannya adalah remaja putri usia 12-18 tahun. Pemberian tablet tambah darah pada kelompok ini berguna sebagai pengganti zat besi yang hilang bersama darah ketika menstruasi, mengobati remaja putri yang menderita anemia dan bermanfaat untuk meningkatkan prestasi belajar.⁽¹²⁾

Pemberian tablet tambah darah juga bermanfaat untuk meningkatkan status gizi remaja putri sehingga dapat memutus mata rantai terjadinya stunting dan meningkatkan cadangan besi dalam tubuh sebagai upaya menaikkan kualitas sumber daya manusia.⁽¹⁵⁾

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti berniat melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan, status gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi Tahun 2023”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data Puskesmas Rawat Inap Muara Kumpeh Tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja putri di seluruh desa wilayah puskesmas sebesar 45% dan prevalensi anemia tertinggi berada di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi tersebut sebesar 76% yang artinya termasuk dalam kategori masalah kesehatan tingkat tinggi.

Beberapa hal yang mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja adalah Pengetahuan, Status Gizi dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah. Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan, status gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian Anemia Remaja di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi Tahun 2023?

1.3 Tujuan Penelian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan anemia gizi, status gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia remaja di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Mengetahui distribusi frekuensi dari kejadian Anemia pada remaja putri di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi.
- 2) Mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan anemia gizi tentang pengertian, tanda dan gejala, penyebab dan dampak pada Remaja di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi.
- 3) Mengetahui distribusi frekuensi status gizi remaja di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi.
- 4) Mengetahui distribusi frekuensi kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi.
- 5) Mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian Anemia pada remaja di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi.

- 6) Mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian Anemia pada remaja di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi.
- 7) Mengetahui hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi

Penelitian dapat digunakan sebagai sumber wawancara ataupun referensi dan sumber kepustakaan tentang hubungan pengetahuan anemia gizi, status gizi, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja.

1.4.2 Bagi Peneliti

Penelitian dapat menambah wawasan peneliti dan pengalaman tentang hubungan pengetahuan anemia gizi, status gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian Anemia pada remaja serta dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapat selama mengikuti perkuliahan di Prodi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.4.3 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan dan pedoman untuk memperkaya sumber referensi tentang hubungan pengetahuan, status gizi, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja.

1.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan oleh mahasiswa Prodi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas. Penelitian ini dilakukan karena adanya kasus anemia

remaja yang tinggi sebesar 76% di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei – Juli 2023 di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer dari wawancara menggunakan kuesioner, pengukuran status gizi dengan antropometri IMT/U. Data sekunder dari laporan pencapaian indikator pembinaan gizi puskesmas Muara Kumpeh. Responden dalam kasus yaitu remaja putri di SMAN 5 Kumpeh Ulu Muaro Jambi. Variabel independent dalam penelitian ini adalah pengetahuan, status gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sedangkan variabel dependent dalam penelitian ini adalah kejadian anemia pada remaja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian analitik cross sectional. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*.

