

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan kondisi dimana konsentrasi hemoglobin (Hb) yang rendah dalam darah.⁽¹⁾ Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh remaja di Indonesia saat ini.⁽²⁾ Anemia berisiko lebih tinggi terjadi pada remaja perempuan dibandingkan pada remaja laki-laki karena setiap bulan perempuan mengalami menstruasi sehingga banyak kehilangan zat besi.⁽³⁾ Tanda-tanda yang terdapat pada remaja putri yang mengalami anemia adalah lemah, letih, lesu, kurang bersemangat dalam melakukan aktivitas sehari-hari, dan sesak.⁽³⁾

WHO (*World Health Organization*) mengategorikan masalah kesehatan masyarakat berdasarkan prevalensi anemia, yaitu $\leq 4,9\%$ berarti normal, 5-19,9% berarti masalah kesehatan ringan, 20-39,9% berarti masalah kesehatan sedang, dan $\geq 40\%$ berarti masalah kesehatan berat.⁽⁴⁾ Menurut data WHO, prevalensi anemia pada perempuan usia produktif (15-49 tahun) pada tahun 2019 adalah 29,9%.⁽⁵⁾ Berdasarkan Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia adalah 21,7% dan pada remaja usia 14-24 tahun adalah 18,4%.⁽⁶⁾ Sedangkan menurut Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia di Indonesia adalah 23,7% dan pada remaja usia 14-24 tahun adalah 32%.⁽⁷⁾ Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa anemia di Indonesia termasuk kategori masalah kesehatan masyarakat tingkat sedang dan terjadi peningkatan kejadian anemia pada remaja di Indonesia dari tahun 2013 hingga tahun 2018.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2021, prevalensi risiko anemia pada remaja putri tertinggi terdapat di wilayah kerja Puskesmas

Padang Pasir, yaitu sebesar 21,9%.⁽⁸⁾ Hasil penjarangan yang dilakukan oleh Puskesmas Padang Pasir pada tahun 2021, terdapat 26,3% remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang berisiko anemia.⁽⁹⁾ Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa 3 dari 10 remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang berisiko anemia.

Dampak negatif dari anemia bagi kesehatan adalah menurunkan daya tahan tubuh, menurunnya kebugaran tubuh, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar.⁽¹⁾ Selain itu, remaja putri dengan anemia dapat berisiko melahirkan bayi dengan BBLR (Berat Badan Lahir Rendah), prematur, infeksi neonatus, dan pada proses persalinan dapat menyebabkan kematian pada ibu dan bayi.⁽³⁾⁽¹⁰⁾ Anemia dapat disebabkan oleh pendarahan hebat sehingga kadar zat besi, asam folat, dan vitamin B12 yang rendah dalam tubuh; leukimia; dan penyakit kronis.⁽³⁾ Selain itu, penyerapan zat besi yang kurang optimal karena makanan atau obat yang dapat menghambat penyerapannya juga dapat menyebabkan anemia.⁽¹¹⁾

Rendahnya zat besi, asam folat, dan vitamin B12 dalam tubuh dapat disebabkan oleh pola makan yang tidak baik, seperti tidak sarapan, memiliki pantangan makanan, sering konsumsi kudapan tidak sehat, makan makanan siap saji dan *junk food*.⁽¹²⁾⁽¹³⁾ Hal ini dapat mengakibatkan remaja putri tidak mampu memenuhi berbagai nutrisi yang diperlukan tubuh untuk proses sintesis penyusunan Hb.⁽¹⁴⁾ Jika hal ini terjadi dalam waktu yang lama, kadar Hb akan terus menurun sehingga menyebabkan anemia.⁽¹⁴⁾

Remaja putri yang memiliki pola makan tidak teratur berisiko menderita anemia dibandingkan yang memiliki pola makan teratur.⁽¹⁵⁾ Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Muhayati dan Ratnawati (2019), sebanyak 41,6% responden dengan pola makan teratur dan berstatus anemia dan 58,4%

responden tidak mengalami anemia. Sebanyak 63,6% responden dengan pola makan tidak teratur yang mengalami anemia dan 36,4 % responden tidak mengalami anemia.⁽¹²⁾

Status gizi merupakan gambaran besar terhadap zat gizi dalam tubuh, salah satunya adalah zat besi.⁽¹⁶⁾ Jika status gizi tidak normal, dikhawatirkan status zat besi dalam tubuh juga tidak baik.⁽¹⁶⁾ Sehingga didapatkan bahwa status gizi merupakan salah satu faktor risiko terjadinya anemia.⁽¹⁶⁾

Pada remaja putri dengan status gizi kurus, anemia terjadi karena kekurangan banyak vitamin, mineral, dan protein sehingga zat-zat gizi yang lain seperti zat besi yang diperlukan dalam tubuh tidak terpenuhi.⁽¹⁷⁾ Sedangkan pada remaja putri dengan status gizi gemuk, anemia dapat terjadi karena kekurangan vitamin, mineral, serat, dan air, serta kelebihan karbohidrat dan lemak sehingga penyerapan zat besi dalam tubuh tidak bekerja dengan baik.⁽¹⁷⁾

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gita, dkk. (2020), sebanyak 92,7% responden memiliki status gizi kurus mengalami anemia dan hampir tidak ada responden dengan status gizi yang kurus tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 7.3%. Responden dengan status gizi yang normal sebagian besar tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 87.7% dan hampir tidak ada responden yang memiliki status gizi normal yang mengalami anemia yaitu sebanyak 12.3%. Lebih dari setengah responden dengan status gizi gemuk mengalami anemia yaitu sebanyak 66.7% dan hampir setengah responden lainnya tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 33.3%.⁽¹⁶⁾ Hal ini berarti status gizi berhubungan dengan kejadian anemia.

Salah satu cara mencegah dan menanggulangi anemia pada remaja putri, yaitu konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).⁽¹⁸⁾ TTD merupakan tablet yang diberikan kepada wanita usia subur dan ibu hamil yang mengandung minimal 60 mg elemental

besi dan 400 mcg asam folat.⁽¹⁹⁾ Pada remaja putri TTD diberikan sebanyak satu kali seminggu dan satu kali sehari selama menstruasi.⁽²⁰⁾ Pada tahun 2018, remaja putri yang mendapat TTD adalah sebanyak 76,2%.⁽⁷⁾ Dari remaja putri yang mendapatkan TTD ini, sebanyak 80,9% mendapatkannya dari sekolah.⁽⁷⁾ Dari 80,9% ini, sebanyak 98,6% remaja putri konsumsi TTD <52 butir.⁽⁷⁾ Hal ini berarti masih rendah kesadarannya akan konsumsi TTD.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pola Makan, Status Gizi, dan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMK Negeri 9 Kota Padang Tahun 2023”.

1.2 Perumusan Masalah

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh remaja di Indonesia saat ini. Dampak negatif dari anemia bagi kesehatan adalah menurunkan daya tahan tubuh, menurunnya kebugaran tubuh, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar. Anemia disebabkan oleh kurangnya produksi sel darah merah dalam darah, kekurangan zat gizi, pendarahan, dan hemolitik. Oleh karena itu, dalam penelitian ini akan diteliti hubungan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi anemia pada remaja putri. Adapun pertanyaan peneliti dalam penelitian ini adalah apakah pola makan, status gizi, dan konsumsi TTD berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pola makan, status gizi, dan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023.
2. Mengetahui distribusi frekuensi pola makan pada remaja putri SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023.
3. Mengetahui distribusi frekuensi status gizi pada remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023.
4. Mengetahui distribusi frekuensi konsumsi TTD pada remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023.
5. Mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023.
6. Mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023.
7. Mengetahui hubungan antara konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam mengaplikasikan ilmu yang telah dipelajari selama perkuliahan.

1.4.2 Bagi Siswa

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan mengenai anemia dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

1.4.3 Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan mengenai anemia dan menjadi panduan promosi kesehatan untuk menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan bagian dari Penelitian Payung dengan judul “Gambaran Profil Status Kesehatan, Status Gizi, dan Pola Makan Remaja Putri” yang dilakukan oleh Dr. Idral, dkk.. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pola makan, status gizi, dan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional study*. Variabel independen pada penelitian ini adalah pola makan, status gizi, dan konsumsi TTD, sedangkan variabel dependen adalah anemia. Sampel yang diteliti adalah remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang. Data anemia didapatkan dari hasil pengecekan Hb menggunakan *Hematology Analyzer*, data pola makan didapatkan dari formulir *SQ-FFQ*, data status gizi didapatkan dari hasil pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital dan tinggi badan menggunakan *microtoice*, dan data konsumsi TTD didapatkan dari kuesioner konsumsi TTD.