

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar belakang

Masalah gizi pada remaja di Indonesia memerlukan perhatian dan penanganan khusus agar tumbuh kembang remaja menjadi lebih optimal. Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terjadi di seluruh dunia. Anemia adalah gangguan gizi yang terjadi ketika jumlah dan ukuran sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin turun di bawah nilai batas yang ditetapkan, yang akibatnya mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke tubuh (WHO, 2015). Penderita anemia di dunia menurut WHO (2011) diperkirakan mencapai lebih dari dua miliar orang yaitu sekitar seperempat dunia terkena anemia. Prevalensi anemia di dunia pada remaja menurut WHO (2015) sebesar 29%. Penelitian yang dilakukan Bibi *et al.* (2020) menunjukkan bahwa remaja perempuan berisiko lebih besar mengalami anemia. Penelitian Kumari *et al.* (2017) yang dilakukan di India menunjukkan bahwa dari 200 anak perempuan, 50% remaja perempuan ditemukan anemia.

Prevalensi anemia di Indonesia sebesar 23,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,8% dan penderita berumur 15-24 tahun sebesar 32% (Risksdas, 2018). Penelitian yang dilakukan Sumarlan *et al.* (2018) pada remaja putri usia 12-15 tahun di Jakarta Pusat menunjukkan sebanyak 19,6% dari responden mengalami anemia. Pada tahun 2013 angka kejadian anemia di Jawa Tengah mencapai 30,4% (Kemenkes, 2013).

Masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak hingga dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional. Masa remaja dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia remaja akhir

(Santrock, 2016). Remaja putri pada masa pubertas sangat berisiko mengalami anemia daripada remaja putra. Hal ini disebabkan karena banyaknya zat besi yang hilang selama menstruasi. Zat besi pada remaja putri sangat dibutuhkan tubuh untuk percepatan pertumbuhan dan perkembangan (WHO, 2011). Anemia pada remaja putri tidak hanya akan memberikan efek negatif pada kesehatan penderitanya di waktu sekarang, tetapi juga pada kesehatan di masa mendatang (Shaka & Wondimagegne, 2018).

Upaya pemerintah dalam mencegah dan menanggulangi anemia pada remaja putri dilakukan dengan memberikan asupan zat besi yang cukup untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin. Upaya yang dapat dilakukan seperti meningkatkan asupan makanan sumber zat besi, fortifikasi bahan makanan dengan zat besi, dan suplementasi zat besi (Kemenkes RI, 2018).

Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia salah satunya adalah pengetahuan tentang anemia. Pengetahuan memegang peranan penting dalam kejadian anemia, pengetahuan tentang anemia yang kurang akan menyebabkan bahan makanan yang mengandung zat gizi tidak dikonsumsi secara optimal. Kurangnya mengonsumsi sumber makanan yang mengandung zat besi dan mengonsumsi makanan/minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi akan mempengaruhi jumlah zat besi yang diserap tubuh menjadi kurang, sehingga akan menyebabkan terjadinya anemia. Hal ini sesuai dengan penelitian Laksmi (2018), mengenai hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kejadian anemia di Kabupaten Tanggamus terdapat adanya hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kejadian anemia, dari hasil penelitian

diketahui bahwa 62,8% remaja putri mengalami anemia, dan 37,2% tidak mengalami anemia.

Hasil penelitian yang dilakukan Pareek dan Hafiz (2015), menyatakan bahwa hanya satu dari empat (25%) subjek memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia dan 36% memiliki pengetahuan yang baik dan sisanya memiliki pengetahuan yang buruk tentang anemia. Selain itu, penelitian Upadrasta *et al.* (2019) menyatakan bahwa dari 111 anak perempuan yang diteliti, 55,9% ditemukan menderita anemia. Pengetahuan dan praktik kebersihan pribadi lebih rendah pada gadis anemia dibandingkan dengan gadis non-anemia. Tingkat defisit konsumsi makanan kaya zat besi rendah pada anak perempuan yang anemia dan non-anemia.

Pola konsumsi makanan yang sering tidak teratur dan sering jajan juga merupakan faktor penyebab masalah gizi (Ardiana & Wirjatmadi, 2016). Sebagian besar remaja yang mempunyai status zat besi rendah disebabkan oleh kualitas konsumsi pangan yang rendah. Kelompok yang termasuk berisiko ini adalah vegetarian, konsumsi pangan hewani yang rendah, atau terbiasa melewatkan waktu makan (*skip meal*) (Briawan, 2013).

Tidak sedikit survei yang mencatat ketidakcukupan asupan zat gizi besi pada remaja. Khususnya pada remaja putri akibat pola makan dan diet yang tidak tepat. Pola makan akan mempengaruhi asupan zat gizi yang dikonsumsi termasuk zat *inhibitor* dan *enhancer* yang berpengaruh terhadap penyerapan zat besi, apabila asupan zat besi tidak cukup bagi tubuh maka akan mempengaruhi kejadian anemia. Penelitian yang dilakukan oleh Utami dan Mahmudah (2019) menyatakan ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian yang dilakukan

Mazhar (2015) melaporkan prevalensi anemia menjadi 68,9%, anak perempuan memiliki prevalensi anemia sebesar 72% karena asupan zat besi yang rendah dari yang dibutuhkan untuk usia yang menunjukkan bahwa faktor umum pada anak perempuan yang mengalami anemia adalah pola makan yang tidak memadai.

Diagnosis anemia ditetapkan dengan pemeriksaan laboratorium seperti pemeriksaan darah rutin, indeks eritrosit dan pemeriksaan laboratorium yang berkenaan dengan anemia, namun di masa pandemi COVID-19 tidak memungkinkan untuk melakukan pemeriksaan secara langsung sehingga dilakukan dengan kuesioner deteksi dini tanda-tanda anemia untuk mengetahui status suspek anemia. Suspek anemia adalah seseorang yang merasakan tanda-tanda klinis anemia, sehingga penggunaan kuesioner deteksi dini tanda-tanda anemia tidak dapat memastikan status anemia, hanya dapat diberikan status sebatas suspek saja (Djarmika, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan Rizki (2017) menunjukkan bahwa remaja putri di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura mengalami anemia sebesar 55,4%. Penelitian yang dilakukan Djarmika (2021) menunjukkan bahwa dari 626 remaja putri di Sukoharjo sebesar 37,53% mengalami suspek anemia, oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Hubungan pengetahuan tentang anemia dan pola makan dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo”.

## **B. Masalah Penelitian**

Apakah ada hubungan pengetahuan tentang anemia dan pola makan dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan tentang anemia dan pola makan dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- b. Mendeskripsikan pola makan pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- c. Mendeskripsikan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- d. Menganalisis hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- e. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memudahkan remaja putri untuk melakukan penilaian terhadap diri sendiri, apakah mengalami suspek anemia atau tidak.

#### 2. Bagi Institusi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan data remaja putri yang mengalami suspek anemia dapat dijadikan bahan untuk memberikan edukasi tentang

anemia di SMP Negeri 2 Sukoharjo, SMP Negeri 5 Sukoharjo, dan SMP Negeri 7 Sukoharjo.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi tentang anemia pada remaja putri serta dapat menjadi acuan untuk digunakan pada penelitian selanjutnya.

### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup materi pada penelitian ini dibatasi pada pembahasan mengenai hubungan pengetahuan tentang anemia dan pola makan dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.