

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kesehatan dan gizi di Indonesia selama periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menjadi fokus utama perhatian saat ini. Masalah ini memiliki dampak yang lebih dari sekadar tingkat kesakitan dan kematian ibu dan anak, karena juga membawa konsekuensi yang berlangsung sepanjang hidup individu hingga dewasa. Kejadian masalah gizi pada anak di bawah usia 2 tahun sangat erat hubungannya dengan persiapan kesehatan dan gizi perempuan yang akan menjadi ibu, termasuk remaja putri.¹

Menurut *World Health Organization (WHO)*, masa remaja adalah fase peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa yang merupakan masa yang penting untuk meletakkan dasar kesehatan yang baik. WHO menetapkan rentang usia remaja antara 10-19 tahun². Sedangkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10-19 tahun yang belum menikah. Sementara itu, Badan Kependudukan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10-24 tahun yang belum menikah.¹

Berdasarkan informasi dari UNICEF pada tahun 2022, diperkirakan jumlah remaja berusia 10-19 tahun di seluruh dunia mencapai sekitar 16% dari total populasi, atau sekitar 1,3 miliar individu.³ Populasi remaja di Indonesia pada tahun 2021 mencapai 45.844.000 jiwa dengan remaja putra sebanyak 23.524.000 jiwa dan remaja putri sebanyak 22.320.000 jiwa. Dengan total

populasi tersebut, remaja mencapai 17% dari seluruh populasi penduduk di Indonesia.³

Terdapat beberapa masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja Indonesia. Empat masalah kesehatan tersebut antara lain kekurangan zat besi (anemia), kurang tinggi badan (stunting), kurang energi kronis (kurus), dan kegemukan atau obesitas.⁴

Anemia merupakan sebuah kondisi jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari tingkat normal sesuai jenis kelompok dan tingkat usia.⁵ Hemoglobin diperlukan untuk mengangkut oksigen, dan jika terdapat kelangkaan sel darah merah, kelainan, atau hemoglobin yang kurang cukup, maka kapasitas darah dalam mengantarkan oksigen ke seluruh tubuh akan menurun.⁶ Anemia merupakan masalah kesehatan yang menjadi perhatian global, baik di negara-negara maju maupun berkembang. WHO menetapkan bahwa kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 12,0 g/dl pada wanita dan kurang dari 13,0 g/dl pada pria sebagai tanda dari anemia.⁷

Anemia menjadi masalah kesehatan global yang serius yang secara khusus mempengaruhi anak-anak, remaja putri dan wanita yang mengalami menstruasi, serta wanita hamil dan nifas. WHO memperkirakan 30% wanita usia 15-49 tahun di seluruh dunia mengalami anemia.⁶ Di kawasan Asia Tenggara, prevalensi anemia pada wanita usia subur mencapai 46,6% pada tahun 2019, yang berarti hampir setengah dari mereka mengalami anemia.⁸

Prevalensi anemia di Indonesia berdasarkan data dari Riskesdas tahun 2018 mencapai 48,9%. Sementara itu, dalam kurun waktu 11 tahun terakhir, prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun terus mengalami peningkatan, dimana persentasenya mencapai 32,0% pada tahun 2018⁹. Secara global, prevalensi anemia pada remaja putri lebih tinggi daripada pada remaja pria.⁷ Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 27,2%, yang lebih tinggi sebanyak 6,9% dibandingkan dengan prevalensi anemia pada remaja pria.⁹ Remaja putri lebih berisiko mengalami anemia dibandingkan remaja putra. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kebutuhan zat besi pada perempuan yang tiga kali lebih besar daripada pada laki-laki, menstruasi yang menyebabkan kehilangan darah, serta kebiasaan makan yang buruk dan kurangnya asupan nutrisi.¹⁰

Penelitian yang dilaksanakan oleh Melfin Zainul Asyiqin, Luh Titi Handayani, dan Shodikin pada santriwati di Pondok Pesantren Miftahul Ulum Jember mencerminkan bahwa prevalensi anemia mencapai 73% dari total 77 santriwati yang diteliti. Hasil ini mengindikasikan bahwa angka kejadian anemia pada santriwati masih tinggi. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk pola makan, pola menstruasi, dan indeks massa tubuh (IMT).¹¹ Penelitian lain yang dilakukan oleh Rahayu Astuti dan Ali Rosidi juga mengungkapkan bahwa prevalensi anemia di Pondok Pesantren Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak mencapai 71,6% pada siswa di Ponpes Asy Syarifah dan mencapai 84,3% pada siswa di Ponpes Al Bhroniyah.¹² Dalam penelitian yang dilakukan oleh Afifah Karima, ditemukan bahwa kadar

hemoglobin 45,5% siswi Asrama SMA IT Abu Bakar <12 g/dl yang artinya hampir separuhnya mengalami anemia.¹³

Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan berbagai dampak yang mempengaruhi kehidupan, seperti penurunan imunitas, gangguan konsentrasi, penurunan prestasi belajar, dan mengganggu kebugaran serta produktivitas.¹⁴ Anemia yang terjadi pada usia remaja dapat berlanjut hingga usia dewasa yang dapat berkontribusi besar angka kematian ibu dan bayi, bayi lahir premature, dan BBLR. Sehingga, remaja putri sebagai calon ibu perlu mendapatkan perhatian terkait penanganan anemia.¹⁵

Konsumsi tablet tambah darah merupakan salah satu bentuk tindakan yang sangat penting dilakukan untuk pemenuhan zat besi didalam tubuh serta berguna sebagai upaya pencegahan dan penanggulangan anemia gizi besi pada remaja putri. Standar pemberian TTD untuk remaja putri yaitu dosis 60 mg elemental (dalam bentuk sediaan *ferro sulfat*, *fero fumarat* atau *fero gluconat*) dan *asam folat* 0,400 mg yang diberikan 1(satu) kali seminggu dan 1 (satu) kali setiap hari selama menstruasi.¹⁶ Pemberian tablet tambah darah bertujuan untuk meningkatkan status gizi remaja putri, sehingga dapat memutus mata rantai terjadinya stunting serta meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh sebagai bekal dalam mempersiapkan generasi yang sehat, berkualitas dan produktif.¹⁷

Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, cakupan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) oleh remaja putri masih tergolong rendah. Sebanyak 76,2% remaja putri yang mendapatkan TTD, hanya 1,4% yang mengonsumsi ≥ 52 butir.⁹ Cakupan pemberian Tablet Tambah Darah pada remaja putri di

Indonesia pada tahun 2021 sebanyak 31,2% dengan cakupan tertinggi di Provinsi Bali sebanyak 85,9% dan terendah di Provinsi Maluku Utara sebanyak 2,1%. Di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri pada tahun 2021 sebesar 56,9%, dengan persentase terendah yaitu Kota Yogyakarta dengan cakupan sebesar 71,8%.¹⁸

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di MA Athoriyah Cikatomas pada tahun 2017 ditemukan bahwa dari 50 responden, sebelum mendapatkan tablet Fe sebanyak 1 tablet perminggu selama 11 minggu, mayoritas memiliki kadar hemoglobin rata-rata <12 gr/dl, yaitu sebanyak 26 orang (52%) dan setelah mendapatkan tablet Fe rata-rata kadar hemoglobin meningkat menjadi ≥ 12 gr/dl, yaitu sebanyak 15 orang (35%).¹⁹ Penelitian lain yang dilakukan di Desa Kalijaya Kecamatan Telagasari Kabupaten Karawang Tahun 2019 menunjukkan remaja putri yang patuh minum tablet penambah darah secara teratur 1 minggu sekali selama dua bulan mengalami kenaikan kadar hemoglobin berkisar antara 0,2-1,3 gr/dL.²⁰

Vitamin C berperan penting dalam proses penyerapan zat besi dengan mereduksi besi ferri (Fe^{3+}) menjadi ferro (Fe^{2+}) di dalam usus halus sehingga memudahkan penyerapan zat besi. Proses reduksi ini semakin efektif pada lingkungan lambung yang lebih asam.²¹ Selain mempercepat penyerapan zat besi, vitamin C juga berperan dalam redistribusi besi dalam darah, memobilisasi simpanan besi terutama hemosiderin dalam limpa, dan meningkatkan keasaman lambung sehingga meningkatkan penyerapan zat besi

hingga 30%²². Absorpsi besi dalam bentuk nonheme juga meningkat empat kali lipat dengan kehadiran vitamin C.²¹

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dan Vitamin C terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat secara global yang mempengaruhi 1,62 milyar penduduk dunia. Anemia defisiensi besi adalah penyebab umum kejadian anemia. Anemia defisiensi besi dapat menyebabkan menurunnya prestasi sekolah dan gangguan perkembangan fisik serta mental. Prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun cukup tinggi yaitu sebesar 32,0% pada tahun 2018.⁹

Dalam upaya menurunkan angka kejadian anemia remaja, pemerintah mengatur pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 88 Tahun 2014 yaitu sebanyak 1 tablet/minggu dan 1 tablet/hari selama menstruasi bagi wanita usia subur. Program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta belum dilaksanakan secara optimal, sehingga cakupan siswa yang mendapatkan dan meminum Tablet Tambah Darah (TTD) belum mencapai target yang diharapkan.

Vitamin C diketahui memiliki manfaat dalam meningkatkan penyerapan zat besi non-heme yang berasal dari makanan nabati. Vitamin C dapat

mengubah bentuk zat besi menjadi bentuk yang lebih mudah diserap oleh tubuh. Oleh karena itu, suplementasi vitamin C bersama dengan tablet tambah darah diharapkan dapat meningkatkan kadar hemoglobin secara lebih efektif.

Sehingga dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui adakah pengaruh pemberian tablet tambah darah dan vitamin C terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian tablet tambah darah dan vitamin C terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden meliputi usia, lama menstruasi, pendidikan orangtua, pekerjaan orangtua, dan Indeks Massa Tubuh (IMT).
- b. Diketahui rata-rata kadar hemoglobin remaja putri sebelum mengkonsumsi tablet tambah darah dan vitamin C pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol
- c. Diketahui rata-rata kadar hemoglobin remaja putri setelah mengkonsumsi tablet tambah darah dan vitamin C pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

- d. Diketahui pengaruh konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan vitamin C terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup kebidanan di bidang kesehatan reproduksi khususnya pada remaja putri.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini mampu memperkuat teori pengaruh pemberian tablet tambah darah dan vitamin C terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Bidan Puskesmas Kotagede II

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam pelaksanaan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kotagede II.

- b. Bagi Penanggung Jawab UKS SMA IT Abu Bakar Yogyakarta

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam pelaksanaan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan bahan literatur terkait anemia remaja khususnya mengenai pemberian Tablet Tambah Darah (TTD).

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1 Keaslian Penelitian

Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
Meti Megawati, Asep Kuswandi (2017). Konsumsi Zat Besi terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri di MA Athoriyah Cikatomas.	Penelitian menggunakan quasi-eksperimen <i>one-group pre-post test design</i> . Populasi adalah seluruh siswi kelas XII dengan sampel berjumlah 50 orang. Data dianalisis menggunakan uji T-dependen.	Hasil uji statistik didapatkan $p=0,000$, dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Frekuensi pemberian TTD pada penelitian sebelumnya yaitu 1 kali/minggu selama 11 minggu, sedangkan dalam penelitian ini selama 4 minggu. 2. Lokasi dalam penelitian sebelumnya yaitu di Cikatomas, Tasikmalaya, sedangkan penelitian ini berlokasi di Kota Yogyakarta. 3. Uji statistik yang digunakan yaitu t dependen, sedangkan dalam penelitian ini digunakan uji t berpasangan.
Endang Sri Wahyuni (2021). Pengaruh Suplementasi Fe dan Vitamin C terhadap Hemoglobin dan Indeks Eritrosit Remaja Putri.	Rancangan penelitian adalah <i>one group pre-post test</i> , dengan sampel 41 mahasiswi yang ditentukan secara random sampling.	Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh suplementasi terhadap kadar Hb ($p\text{-value}=0,000$), MCV ($p\text{-value}=0,000$), MCH ($p\text{-value}=0,000$), dan MCHC ($p\text{-value}=0,000$). Suplementasi dapat menurunkan proporsi anemia dan memperbaiki indeks eritrosit.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel dependen dalam penelitian sebelumnya yaitu hemoglobin dan indeks eritrosit, sedangkan dalam penelitian ini yaitu kadar hemoglobin. 2. Lokasi penelitian sebelumnya yaitu di Tanjung Karang, sedangkan penelitian ini berlokasi di Kota Yogyakarta. 3. Frekuensi pemberian intervensi penelitian sebelumnya yaitu diberikan 1 tablet/minggu selama 3 minggu, sedangkan dalam penelitian ini diberikan 1 tablet/minggu dan 1 tablet/hari selama menstruasi dalam kurun waktu 4 minggu.