

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia adalah masalah kesehatan global yang perlu mendapat perhatian serius, khususnya di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Diperkirakan sekitar sepertiga dari populasi dunia mengalami anemia. Di Indonesia, prevalensi anemia tergolong tinggi. Berdasarkan data Kemenkes RI (2018), prevalensi anemia pada remaja berusia 15-24 tahun mencapai 32%, yang berarti sekitar 3 hingga 4 dari setiap 10 remaja mengalami anemia. Persentase anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (20,3%). Kondisi ini terutama berdampak pada kesehatan remaja putri, yang lebih rentan terhadap anemia (Novita Sari, 2020).

Menurut WHO Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Hemoglobin adalah salah satu komponen dalam sel darah merah/eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. (Reza et al., 2020), anemia ditandai dengan kadar hemoglobin di bawah 13,5 g/dL pada pria dewasa dan di bawah 11,5 g/dL pada wanita dewasa. Beberapa penyebab anemia meliputi asupan zat gizi yang tidak mencukupi, kehilangan sel darah merah akibat trauma, infeksi, perdarahan kronis, menstruasi, serta masalah dalam pembentukan sel, seperti hemoglobinopati, talasemia, sferositosis herediter, dan defisiensi glukosa 6-fosfat

dehidrogenase. Menurut data (Riskesdas 2018), hampir setengah dari populasi Indonesia mengalami anemia, dengan prevalensi mencapai 48,9%. Prevalensi anemia pada perempuan adalah 27,2%, sedangkan pada laki-laki mencapai 20,3%. Data Riskesdas juga menunjukkan prevalensi anemia defisiensi besi di kalangan remaja perempuan sebesar 22,7%, sementara pada remaja laki-laki hanya 12,4%.

Remaja perempuan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki, terutama disebabkan oleh faktor menstruasi, terutama jika siklus menstruasi tidak teratur, yang dapat menyebabkan kehilangan darah berlebih. Selain itu, remaja putri cenderung lebih memperhatikan penampilan dan berusaha mencapai tubuh ideal, yang dapat mengarah pada kebiasaan diet dan penurunan asupan makanan. Penelitian yang dilakukan di MTs Ma'Arif Nyatnyono, Kabupaten Semarang, telah mengonfirmasi hubungan ini. (Fahira Lubis et al., 2023)

Penyebab utama terjadinya anemia adalah rendahnya asupan zat besi dan kesalahan dalam cara mengonsumsinya. Hal ini berkaitan dengan kurangnya pengetahuan tentang asupan zat besi dan zat gizi lainnya, serta kesalahan dalam konsumsi zat besi yang mengganggu proses penyerapan di dalam tubuh. Penelitian juga menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan kejadian anemia pada remaja. (Siregar & Koerniawati, 2022)

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dan kecukupan asupan zat besi

dengan kejadian anemia pada remaja putri. Namun, sebagian besar studi masih bersifat umum dan belum banyak yang memfokuskan pada kondisi remaja putri di wilayah pedesaan tertentu, seperti Desa Argodadi. Hasil Riskesdas dan penelitian lain menunjukkan bahwa remaja putri di pedesaan memiliki risiko anemia yang lebih tinggi dibandingkan di perkotaan, antara lain karena keterbatasan akses informasi, layanan kesehatan, dan variasi pangan bergizi.(Adhi & Asmin, 2024)

Besi (Fe) merupakan mikronutrien esensial yang berperan penting dalam pembentukan hemoglobin, transportasi oksigen, dan fungsi enzim dalam tubuh (Goni et al., 2022). Zat besi dalam makanan terbagi menjadi dua bentuk, yaitu heme dan non-heme. Zat besi heme, yang terdapat pada sumber hewani seperti daging merah, hati, dan ikan, memiliki tingkat penyerapan lebih tinggi dibandingkan dengan zat besi non-heme yang berasal dari bahan nabati seperti bayam, kacang-kacangan, dan sereal (Ayuningtyas et al., 2022; WHO, 2020).

Tingginya prevalensi anemia pada remaja putri dapat berdampak negatif pada kehidupan mereka di masa depan. Jika anemia tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat berlanjut hingga dewasa dan saat kehamilan, berkontribusi pada meningkatnya angka kematian ibu dan bayi, kelahiran prematur, berat lahir rendah, serta berbagai komplikasi selama kehamilan dan persalinan. Dampak anemia selama masa pertumbuhan juga dapat mengurangi kemampuan belajar, daya tahan tubuh, produktivitas kerja, dan kesehatan reproduksi. Pertumbuhan yang cepat pada remaja, termasuk

perkembangan organ reproduksi pada putri dan peningkatan massa otot serta tulang pada pria, menunjukkan bahwa asupan gizi remaja harus diperhatikan agar mereka dapat tumbuh dengan optimal. Ketidakseimbangan antara asupan dan kebutuhan gizi dapat menyebabkan berbagai masalah, termasuk kelebihan gizi, kekurangan gizi, dan anemia.(Wuryanti et al., 2024)

Meskipun telah banyak penelitian mengenai anemia pada remaja di Indonesia, penelitian spesifik yang menggambarkan tingkat asupan zat besi berdasarkan tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di Desa Argodadi masih sangat terbatas. Data lokal sangat penting untuk memahami situasi aktual di masyarakat dan menjadi dasar dalam perencanaan program intervensi gizi berbasis komunitas. Tanpa data lokal, intervensi yang dirancang cenderung kurang tepat sasaran.

Penelitian ini memiliki kebaruan dalam mengkaji hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan tingkat asupan zat besi secara spesifik pada remaja putri di Desa Argodadi, yang sebelumnya belum banyak diteliti. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam upaya pencegahan anemia di tingkat desa, sekaligus memberikan kontribusi dalam pengembangan program edukasi gizi berbasis kebutuhan lokal

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat asupan zat besi pada remaja putri di Desa Argodadi

2. Bagaimana tingkat pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri di desa Argodadi

### **C. Tujuan**

#### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui Gambaran Tingkat Pengetahuan Anemia Berdasarkan Tingkat Asupan Zat Besi Pada Remaja Putri Di Desa Argodadi

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di Desa Argodadi
- b. Mengetahui tingkat asupan zat besi pada remaja putri di Desa Argodadi.
- c. Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia berdasarkan tingkat asupan zat besi pada remaja putri di Desa Argodadi

### **D. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup penelitian ini adalah penelitian di bidang Gizi Masyarakat.

### **E. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah dapat menambah informasi dan wawasan bagi remaja putri tentang zat besi dan anemia.

#### 2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan yang pihak desa dan sekolah dalam menyusun program penanggulangan anemia pada remaja putri di Desa Argodadi. Data mengenai tingkat asupan zat besi dan tingkat pengetahuan remaja dapat dimanfaatkan untuk merancang kegiatan edukasi gizi yang lebih terarah di tingkat sekolah maupun masyarakat, mengembangkan intervensi berbasis desa seperti evaluasi dan efektivitas distribusi Tablet Tambah Darah (TTD) oleh puskesmas. Selain itu, hasil ini juga dapat dijadikan dasar bagi sekolah dalam menyusun kegiatan pembelajaran atau program kesehatan yang relevan guna meningkatkan kesadaran gizi remaja putri secara berkelanjutan.

#### **F. Keaslian Penelitian**

1. Pada penelitian Hardiansyah, Angga et al, tahun 2023 dengan judul *“Pengetahuan tentang Anemia, Asupan Protein, Zat Besi, Seng dan Kejadian Anemia pada Remaja Putri”*, perbedaan dengan penelitian saya terletak pada jenis penelitian observative, sedangkan pada penelitian saya menggunakan jenis penelitian deskriptif.
2. Pada penelitian Fresthy Astrika Yunita pada tahun 2023 dengan judul *"Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia di SMP 18 Surakarta"*, perbedaan dengan penelitian saya terletak pada variabel yang dikaji, yaitu kejadian anemia, sedangkan penelitian saya hanya menggambarkan tingkat asupan zat besi berdasarkan pengetahuan anemia.

3. Pada penelitian Yusmalia Hidayati pada tahun 2023 dengan judul *"Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi pada Remaja Putri"*, perbedaan dengan penelitian saya adalah penelitian tersebut menggunakan pendekatan analitik untuk melihat hubungan beberapa variabel, sedangkan penelitian saya hanya bersifat deskriptif.
4. Pada penelitian Imanuel Arief Kurniawan dan Rosmauli Jerimia Fitriani tahun 2023 dengan judul *"Hubungan Tingkat Pengetahuan Anemia dengan Pola Konsumsi Makanan Sumber Zat Besi, Vitamin C dan Zat Inhibitor Tanin pada Remaja Putri"*, perbedaan dengan penelitian saya adalah fokus mereka pada pola konsumsi berbagai zat gizi, sedangkan penelitian saya fokus pada tingkat asupan zat besi saja.

