

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi masih menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat di berbagai negara, baik negara maju maupun negara berkembang. Salah satu jenis masalah gizi yang prevalensinya masih tinggi adalah anemia. Anemia adalah kondisi di mana tingkat hemoglobin, hematokrit, dan sel darah merah berada di bawah batas normal, sehingga darah kurang mampu mengikat dan membawa oksigen secara memadai dari paru-paru ke seluruh tubuh (Maharani, 2020).

Menurut (WHO, 2025), prevalensi anemia pada kelompok wanita tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 30,5% berdasarkan data tahun 2023. Prevalensi kejadian anemia seluruh Indonesia sebesar 16,2%. Pada kelompok perempuan umur 5-14 tahun sebesar 16,3% dan umur 15-24 tahun sebesar 15,5%. Selain itu, prevalensi kejadian anemia pada kelompok perempuan lebih tinggi sebesar 18% dibandingkan pada kelompok laki-laki sebesar 14,4% (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Kondisi ini umumnya disebabkan oleh kekurangan zat besi yang berperan penting dalam pembentukan hemoglobin pada sel darah merah. Rendahnya asupan pangan sumber zat besi, terutama yang berasal dari bahan pangan hewani (zat besi heme), menjadi penyebab utama terjadinya anemia di Indonesia. Menurut (Koidah *et al.*, 2025), pada remaja putri risiko mengalami anemia semakin meningkat karena mulai mengalami menstruasi yang

menyebabkan kebutuhan zat besi meningkat. Selain itu, remaja putri memiliki kebutuhan gizi yang lebih tinggi untuk memenuhi percepatan pertumbuhan, pematangan seksual, dan kehamilan dimasa depan (Agustina *et al.*, 2021).

Kondisi anemia pada remaja putri dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi di masa dewasa. Remaja putri yang mengalami anemia berisiko lebih tinggi terhadap morbiditas dan mortalitas selama kehamilan, persalinan prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), kematian pasca melahirkan, dan anemia pada enam bulan pertama kehidupan bayi. Selain itu, anemia dapat mempengaruhi sistem kekebalan tubuh sehingga lebih rentan terhadap infeksi, menghambat perkembangan fisik dan mental, serta mengurangi tingkat kebugaran fisik, produktivitas kerja, dan prestasi akademik (Muchtar & Effendy, 2023).

Menurut (Eryeni, 2024) faktor terjadinya anemia pada remaja putri, di antaranya adalah pola makan yang tidak memadai, praktik diet yang tidak sehat serta tingginya angka kehilangan darah akibat menstruasi. Menurut (Koidah *et al.*, 2025), anemia dapat disebabkan oleh penyakit kronis yang menghambat pembentukan sel darah merah, gangguan dalam produksi atau penghancuran sel darah merah, serta faktor genetik. Selain itu, rendahnya pengetahuan tentang kesehatan juga berperan dalam terjadinya anemia pada remaja putri.

Menurut (Astuti, 2023), kurangnya pengetahuan ini akan berpengaruh pada pilihan makanan yang dikonsumsi remaja. Remaja dengan pengetahuan yang kurang cenderung memilih makanan yang kandungan zat besinya sedikit sehingga asupan zat besi tidak dapat terpenuhi. Sementara itu, menurut

(Koidah *et al.*, 2025), remaja yang memiliki pengetahuan dan pemahaman yang mendalam tentang efek serta cara pencegahan anemia, akan lebih mampu menerapkan perilaku kesehatan yang positif dan mampu menghindari berbagai dampak dan risiko terkait anemia. Hal ini sesuai dengan penelitian (Kusnadi, 2021), menyimpulkan bahwa tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri saling berhubungan.

Menurut penelitian (Savira, 2021), remaja putri di Desa Temuwuh yang melibatkan 46 remaja putri berusia 15-17 tahun menunjukkan tingkat pengetahuan yang tergolong kurang yaitu sebanyak 13 remaja putri (28%), serta prevalensi asupan zat besi yang tidak mencapai Angka Kecukupan Gizi dengan presentase (63%) sebanyak 29 remaja putri. Rendahnya asupan zat besi ini terlihat dari pola konsumsi remaja putri yang sebagian besar hanya memperoleh zat besi dari sumber hewani seperti telur ayam kampung, hati ayam, ikan, udang, bakso, sosis, daging ayam, dan telur ayam ras, serta dari bahan nabati seperti tempe, tahu, serta beberapa jenis sayuran. Namun, frekuensi dalam konsumsinya belum cukup untuk memenuhi kebutuhan harian. Kondisi ini menunjukkan bahwa penilaian asupan zat besi penting dilakukan sebagai langkah awal dalam upaya pencegahan anemia pada remaja.

Berdasarkan permasalahan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji tingkat pengetahuan anemia dan asupan zat besi pada remaja putri di Kalurahan Banjararum, Kapanewon Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana kajian tingkat pengetahuan tentang anemia dan asupan zat besi pada remaja putri di Kalurahan Banjararum, Kapanewon Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo?”

C. Tujuan Penelitian**1. Tujuan umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengkaji tingkat pengetahuan anemia dan asupan zat besi pada remaja putri di Kalurahan Banjararum, Kapanewon Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui tingkat pengetahuan anemia pada remaja putri di Kalurahan Banjararum
- b. Diketahui tingkat asupan zat besi pada remaja putri di Kalurahan Banjararum
- c. Diketahui tingkat asupan zat besi berdasarkan tingkat pengetahuan anemia pada remaja putri di Kalurahan Banjararum

D. Ruang Lingkup

Penelitian “Kajian Tingkat Pengetahuan Anemia dan Asupan Zat Besi Pada Remaja Putri di Kalurahan Banjararum, Kapanewon Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo” termasuk dalam lingkup bidang gizi dengan fokus pada penelitian gizi masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumber referensi tambahan, memperkaya informasi, serta meningkatkan wawasan ilmiah terkait tingkat pengetahuan anemia dan asupan zat besi pada remaja putri di Kalurahan Banjararum, Kapanewon Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan wawasan bagi peneliti mengenai tingkat pengetahuan anemia dan asupan zat besi pada remaja putri di Kalurahan Banjararum, Kapanewon Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo.

b. Bagi pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pembaca mengenai tingkat pengetahuan anemia dan asupan zat besi pada remaja putri di Kalurahan Banjararum, Kapanewon Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo.

F. Keaslian Penelitian

Keaslian Penelitian dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Peneliti	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Hardiansyah, Angga, Zahra Safira Violeta, dan Moh Arifin (2023). Pengetahuan tentang Anemia, Asupan Protein, Zat besi, Seng dan Kejadian Anemia pada Remaja Putri	Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan protein ($p = 0,000$), zat besi ($p = 0,000$) dan seng ($p = 0,004$) dengan kejadian anemia. Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan tentang anemia ($p = 0,820$) dengan kejadian anemia.	1.Desain penelitian <i>cross-sectional</i> 2.Instrumen pengambilan data pengetahuan menggunakan kuesioner tentang anemia	1. Variabel penelitian asupan protein, seng, dan kejadian anemia 2. Tempat dan tahun penelitian 3. Instrumen Pengambilan data asupan menggunakan recall 2x24 jam
Pratiwi, Vini. Asri. (2022). Hubungan pengetahuan dan sikap mengenai anemia dengan asupan zat besi remaja putri di SMA Negeri 9 Depok	Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan pengetahuan ($P = 0,000$) dan sikap ($P = 0,021$) remaja putri mengenai anemia dengan asupan zat besi remaja putri. Pengetahuan ibu mengenai anemia juga menunjukkan hubungan ($P = 0,039$) dengan asupan zat besi remaja putri. Namun, tidak terdapat hubungan antara sikap ($P = 0,969$) ibu dengan asupan zat besi remaja putri.	1. Desain penelitian <i>cross-sectional</i> 2. Instrumen pengambilan data menggunakan kuesioner	1. Variabel penelitian sikap mengenai anemia 2. Tempat dan tahun penelitian 3. Instrumen Pengambilan data asupan menggunakan recall 2x24 jam

Berdasarkan kedua penelitian terdahulu, secara garis besar terdapat perbedaan pada instrumen penelitian menggunakan metode recall 2x24 jam dan melibatkan variabel tambahan seperti asupan protein, seng, sikap, serta kejadian anemia. Penelitian ini

menggunakan metode Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQFFQ) yang lebih representatif untuk menggambarkan kebiasaan konsumsi zat besi jangka panjang, hanya berfokus pada dua variabel utama yaitu tingkat pengetahuan anemia dan asupan zat besi, serta dilaksanakan di Kalurahan Banjararum, Kapanewon Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo yang belum pernah menjadi lokasi penelitian serupa sebelumnya.