BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa yang rentan mengalami masalah gizi, ini karena masa remaja adalah periode transisi antara kehidupan anak - anak menuju masa dewasa, yang ditandai dengan perkembangan semua aspek atau fungsi yang terkait dengan transisi ke masa dewasa. Dalam pertumbuhan remaja membutuhkan zat besi. Kebutuhan zat besi pada Perempuan dan laki-laki meningkat secara bertahap dengan cepatnya pertumbuhan dan massa otot dan volume darah. Pada saat menstruasi, remaja perempuan membutuhkan lebih banyak zat besi. (Sartika, 2021)

Kurangnya asupan zat besi dapat menyebabkan masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja yaitu anemia. Remaja putri memiliki resiko lebih tinggi mengalami anemia karena pematangan organ reproduksi, perubahan bentuk tubuh, dan transformasi kognitif yang menuntut kebutuhan zat besi yang tinggi. Berdasarkan pada pedoman WHO, remaja yang memiliki kadar hemoglobin kurang dari 12 mg/dl dinyatakan mengalami anemia. Tetapi, hal ini dapat dipengaruhi oleh peningkatan kebutuhan zat besi, penurunan asupan zat besi, pertumbuhan bentuk tubuh yang cepat, kehilangan akibat menstruasi dimana zat besi hilang bersama darah menstruasi, serta kebutuhan zat besi yang tinggi untuk pembentukan hemoglobin. (Dinas Kesehatan, 2023)

Kekurangan zat besi (anemia) dapat mengganggu fungsi sistem imun dan menurunkan kemampuan kognitif. Remaja putri dengan defisiensi zat besi cenderung memiliki nilai lebih rendah dalam kemampuan verbal dan daya ingat. Defisiensi zat besi pada remaja berdampak negatif terhadap daya tahan tubuh, fokus dalam belajar, pencapaian akademik, kebugaran remaja dan produktifitas (Khobibah, 2021). Menurut *World Health Organization (WHO)* Prevalensi anemia tahun 2019 pada wanita usia produktif dengan rentang usia 15-49 tahun secara global adalah sebesar 29.9% (WHO, 2019). Sedangkan berdasarkan data informasi Riskesdas pada tahun 2018, tercatat sebesar 26,8% anak usia 5-14 tahun menderita anemia dan 32% pada usia 15-24 tahun. (Kemenkes RI, 2022) Menurut Riskesdas (2019), 32% remaja putri di provinsi Jawa Barat mengalami anemia dalam kelompok umur 15-25 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Sekitar 36% remaja putri di Kota Cirebon diketahui menderita anemia. Ini merupakan hasil survei yang dilakukan di SMP dan SMA sederajat di wilayah Kota Cirebon. (Pemerintahan Kota Cirebon,2024)

Pada dasarnya, banyak faktor yang menyebabkan seseorang anemia. Menurut Parulian (2018), anemia dapat diklasifikasikan berdasarkan penyebabnya, yaitu: Anemia akibat pemecahan sel darah merah Pendarahan akibat karena berbagai sebab, mulai daripada perdarahan uterine, perdarahan hidung, perdarahan gastrointestinal, dan perdarahan operasi (Himagisa Unisa Yogyakarta, 2021). Selain itu, pengetahuan remaja tentang anemia dan pola konsumsi remaja menjadi salah satu penyebab anemia.

Kurangnya pemahaman remaja tentang anemia menjadikan mereka mudah terjerumus ke dalam kebiasaan makan yang buruk. Tidak mengonsumsi tablet tambah darah juga menjadi salah satu penyebab anemia pada remaja putri. (Wulan Sari, 2019)

Anemia pada remaja memiliki efek samping yang serius. Tingkat zat besi pada remaja terkait erat dengan tingkat anemia. Anemia dapat menyebabkan penurunan resistensi tubuh terhadap infeksi, gangguan pertumbuhan fisik dan mental, serta penurunan daya tahan fisik, kemampuan kerja, dan konsentrasi belajar (Ulva *et al.*, 2022). Selain itu, remaja putri yang mengalami anemia berisiko tinggi menderita anemia saat hamil. Kondisi ini dapat berdampak buruk pada tumbuh kembang janin serta meningkatkan kemungkinan terjadinya komplikasi selama kehamilan maupun persalinan. (Utama *et al.*, 2019)

Suplementasi Tablet Tambah Darah pada remaja putri merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Program Pemerintah Indonesia yang fokus terhadap penanggulangan anemia remaja putri yakni Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) dengan sasaran anak Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) melalui pemberian suplementasi kapsul zat besi. Pemberian suplemen tablet tambah darah dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia yang dapat mengganggu prestasi belajar remaja putri serta meningkatkan cadangan zat besi didalam tubuh guna menyiapkan remaja putri menjadi seorang Ibu (masa kehamilan)

yang bebas dari anemia (Yanti & Anwar, 2022). Berdasarkan Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa sebesar 80,9% remaja putri telah mendapatkan tablet tambah darah di sekolah dan 19,1% remaja putri tidak mendapatkan tablet tambah darah di sekolah. Presentase remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah < 52 butir sebesar 98,6% sedangkan remaja putri yang mengkonsumsi tablet tambah darah > 52 butir sebanyak 1,4% (Kemenkes RI, 2018). Cakupan remaja putri yang meminum tablet tambah darah sebanyak 52 tablet pada 2021 di Provinsi Jawa Barat sebesar 16,7%. Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Kota Cirebon tahun 2024 menyatakan bahwa presentase remaja putri yang sudah rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah di Kota Cirebon sebesar 82-84%. (Pemerintahan Kota Cirebon,2024)

Berdasarkan yang dilakukan oleh Alifah Fatira Islamiyah (2023) tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di kota kupang menemukan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dan tablet tambah darah berhubungan dengan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah dengan tingkat pengetahuan buruk tentang anemia dan tablet tambah darah sebanyak 60,4% dan kepatuhan tinggi pada remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah hanya sebesar 15,1%. (Islamiyah, 2023)

Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengetahuan tentang zat besi dan tablet tambah darah pada remaja putri di SMA Negeri 8 Kota Cirebon.

B. Rumusan Masalah

Anemia atau defisiensi zat besi merupakan salah satu masalah Kesehatan dan gizi yang sering dialami oleh remaja putri. Prevalensi anemia di Indonesia menurut Riskesdas tahun 2018, yaitu tercatat sebesar 26,8% anak usia 5-14 tahun menderita anemia dan 32% pada usia 15-24 tahun. Menurut Riskesdas (2019), 32% remaja putri di provinsi Jawa Barat mengalami anemia dalam kelompok umur 15-25 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Sekitar 36% remaja putri di Kota Cirebon diketahui menderita anemia. Ini merupakan hasil survei yang dilakukan di SMP dan SMA sederajat di wilayah Kota Cirebon. Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang telah diuraikan, dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah “bagaimana pengetahuan tentang zat besi dan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMA Negeri 8 Kota Cirebon?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan tentang zat besi dan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMA Negeri 8 Kota Cirebon.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui Karakteristik Responden
- b) Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 8 Kota Cirebon tentang zat besi, anemia dan tablet tambah darah.
- c) Mengetahui gambaran konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMA Negeri 8 Kota Cirebon.
- d) Mengetahui Tabulasi silang pengetahuan tentang zat besi dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMA Negeri 8 Kota Cirebon.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan berguna untuk melatih peneliti dalam mengembangkan keterampilan metodologi penelitian dan dapat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai pengetahuan zat besi, anemia dan tablet tambah darah.

2. Bagi Responden

Responden diharapkan mendapatkan informasi tentang pentingnya zat besi dan tablet tambah darah. Dengan pengetahuan yang diperoleh, responden diharapkan dapat menjaga asupan zat besi yang cukup dan konsumsi tablet tambah darah secara efektif, sehingga terhindar dari anemia.

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk memberikan informasi mengenai pentingnya konsumsi zat besi, anemia dan tablet tambah darah dan menjadi bahan referensi bagi pendidikan dan penelitian di bidang gizi Masyarakat terkait pengetahuan tentang zat besi dan tablet tambah darah pada remaja putri.