

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hemoglobin (Hb) didefinisikan sebagai suatu kumpulan komponen pembentuk sel darah merah yang berfungsi sebagai alat transportasi oksigen dari paru paru ke seluruh tubuh. Komponen yang terkandung didalam Hb yaitu protein, garam, besi, dan zat warna. Hemoglobin (Hb) merupakan suatu protein tetrametrik eritrosit yang berfungsi mengikat molekul bukan protein yaitu senyawa profin besi yang di sebut heme. (Made & Saraswati, 2021).

Menurut *World Health Organization*, kadar hemoglobin normal pada anak usia 5-11 tahun yaitu <11,5 g/dl, usia 12-14 tahun yaitu <12,0 g/dl, sedangkan untuk wanita dengan usia di atas 15 tahun yaitu >12 g/dl dan untuk laki-laki dengan usia d iatas 15 tahun yaitu >13 g/dl. (Sri Atik et al., 2022).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin dan sel darah merah (eritrosit) pada seseorang adalah makanan, usia, jenis kelamin, aktivitas fisik, merokok, dan penyakit yang menyertai seperti leukemia, thalassemia, dan tuberkulosis. (Dwi Aridya et al., 2023). Makanan merupakan zat-zat gizi yang terdapat dalam makanan yang berfungsi untuk menyusun terbentuknya hemoglobin yaitu Fe (zat besi) dan protein. (Dwi Aridya et al., 2023).

Seseorang yang memiliki kadar Hb rendah disebut dengan anemia. Anemia sendiri didefinisikan sebagai suatu kondisi dimana sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) didalam darah lebih rendah untuk kelompok orang menurut usia dan jenis kelamin. Anemia memiliki gejala seperti lemah, letih, lesu, kepala pusing, nadi cepat, irama jantung tidak tidak teratur, dan telinga berdenging. Gejala-gejala tersebut akan berpengaruh terhadap daya konsentrasi seseorang. (Made & Saraswati, 2021).

Rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin dan B12, menjadi faktor penyebab tingginya angka anemia pada remaja. Kesalahan dalam mengkonsumsi zat besi misalnya konsumsi zat besi

bersamaan dengan zat lain yang dapat mengganggu penyerapan zat besi. (Julaecha, 2020).

Prevalensi kejadian anemia di Indonesia tahun 2019 pada wanita usia produktif (15-49 tahun) didapatkan sebesar 31,2% dengan usia terbanyak yaitu 20 – 44 tahun. berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, angka kejadian anemia di Indonesia pada kelompok usia remaja kelompok usia 15 – 24 tahun mengalami anemia sebanyak 32,0% dan lebih banyak dialami Perempuan (27,0%) dibandingkan dengan laki-laki (20,0%). Di Provinsi Jawa Barat tahun 2019 angka kejadian anemia mengalami peningkatan sebesar 42,3% dan pada tahun 2020 turun kembali namun tidak signifikan yaitu 40,6% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Noorhayati dkk (2020) menunjukan prevalensi anemia di Kota Tasikmalaya sebesar 74,1%. Dalam penelitian Desi dkk (2023) dengan judul “Hubungan Status Gizi dan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Triyasa Ujung Berung Bandung” juga didapati 47,3% remaja putri di SMP Triyasa Ujung Berung Bandung mengalami anemia dengan rata-rata kadar Hb sebesar 11,29 g/dl. Wanita lebih beresiko terkena anemia terutama pada remaja putri. Di lain pihak remaja putri merupakan calon ibu yang bila tidak mencukupi kebutuhan Fe di masa remaja, akan berdampak di masa selanjutnya. (Desita Putri et al., n.d.).

Hasil studi pendahuluan menunjukkan, di Kota Bandung terdapat 80 puskesmas menurut data dari Dinas Kesehatan Kota Bandung tahun 2021, dari 80 Puskesmas dengan prevalensi kejadian anemia tertinggi terdapat di Puskesmas Ujung Berung Indah.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti yang dilakukan peneliti di Puskesmas Ujung Berung Indah, didapatkan data bahwa sebanyak 32,8% siswa di SMAN 24 Kota Bandung mengalami anemia. Pada bulan desember dilakukan pemberian tablet tambah darah (TTD) oleh pihak Puskesmas. Pemberian tablet tambah darah berupa 4 tablet yang dikonsumsi selama 1 bulan, setiap 1 tablet dikonsumsi selama 1 minggu.

Dari hasil wawancara peneliti terhadap remaja putri kelas X di SMAN 24 Kota Bandung bahwa alasan mereka tidak mengkonsumsi tablet Fe karena merasa mual ketika mengkonsumsi tablet Fe, Sebagian dari mereka mengatakan bahwa tidak bisa mengkonsumsi obat berbentuk tablet. Akibatnya Sebagian remaja putri di SMAN 24 Kota Bandung yang tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe terkena anemia.

Prevalensi anemia yang tinggi di kalangan remaja jika tidak segera ditangani dengan baik akan berlanjut hingga dewasa dan memiliki pengaruh besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah. (Fathony et al., 2022).

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Remaja putri berisiko lebih tinggi terkena anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki karena remaja putri mengalami siklus menstruasi setiap bulannya. Selain karena mengalami siklus menstruasi. (Pengabdian et al., 2021) Keluarnya darah dari tubuh remaja putri saat menstruasi mengakibatkan hemoglobin yang terkandung dalam sel darah merah juga ikut terbuang, sehingga cadangan zat besi dalam tubuh berkurang. Berkurangnya zat besi dalam tubuh ini dapat mengakibatkan anemia. (Priyanti et al., 2023a).

Pola makan juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan anemia, dimana remaja putri biasanya sangat menjaga dan memperhatikan bentuk tubuh sehingga banyak membatasi konsumsi makanan dan banyak sekali pantangan terhadap makanan. Hal ini menjadi penyebab berkurangnya cadangan besi di dalam tubuh karena kurangnya asupan makanan. (Ariani et al., 2023).

Dampak anemia sendiri terhadap remaja putri dapat menyebabkan mudah lelah, letih, lesu, tidak bersemangat, kepala terasa pening, terutama pada perubahan posisi duduk ke posisi berdiri. Anemia menyebabkan darah tidak cukup mengikat dan mengangkat oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh, jika pemasukan oksigen tidak cukup, maka akan berakibat pada sulitnya berkonsentrasi sehingga berdampak pada menurunnya prestasi belajar, daya tahan tubuh rendah dan mudah lelah, mudah sakit, akibatnya jarang masuk sekolah atau bekerja. (Priyanti et al., 2023).

Salah satu upaya yang telah dilakukan pemerintah dalam penanggulangan anemia adalah dengan suplementasi tablet Fe, hal ini dianggap efektif karena kandungan zat besinya padat dan dilengkapi dengan asam. Pemberian tablet Fe secara rutin dalam jangka waktu tertentu bertujuan untuk meningkatkan kadar Hb secara cepat dan tepat dan perlu dilanjutkan untuk meningkatkan simpanan zat besi dalam tubuh. Pemberian dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan zat besi di dalam tubuh. (Astuti et al., 2023).

Program pemerintah yang dijalankan tersebut diberikan kepada remaja putri usia 12 – 18 tahun di sekolah menengah (SMP/SMA/Sederajat) dengan pemberian tablet Fe 1 kali dalam seminggu sepanjang tahun. kegiatan ini dibantu oleh tenaga Kesehatan dan juga perangkat guru di sekolah. Upaya yang dapat dilakukan untuk Pencegahan anemia dapat dilakukan dengan konsumsi makanan yang kaya zat besi dan vitamin C, konsumsi TTD, serta menghindari konsumsi makanan yang mengganggu penyerapan zat besi. (Mutiar et al., 2021).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas bahwa remaja putri sangat rentan terkena anemia yang bisa disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi serta pola makan yang kurang baik. Sehingga pada penelitian ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dan Pola Makan Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka dapat diambil rumusan masalah “adakah hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dan pola makan dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMAN 24 Kota Bandung?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dan pola makan dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMAN 24 Kota Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kadar hemoglobin pada remaja putri di SMAN 24 Kota Bandung
2. Mengidentifikasi kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri di SMAN 24 Kota Bandung
3. Mengidentifikasi pola makan pada remaja putri di SMAN 24 Kota Bandung
4. Mengidentifikasi hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kadar hemoglobin remaja putri di SMAN 24 Kota Bandung
5. Mengidentifikasi hubungan pola makan dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMAN 24 Kota Bandung

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat mendapat ilmu pengetahuan dan wawasan dibidang Kesehatan tentang anemia bagi pembaca khususnya remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Dari hasil penelitian ini diharapkan remaja mengetahui pentingnya mengkonsumsi tablet Fe serta mengatur pola makan yang baik agar terhindar dari anemia khususnya bagi remaja putri.

b. Bagi Institusi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah agar dapat memperhatikan asupan gizi dan pola makan remaja sertamemperhatikan bahwa pentingnya konsumsi tablet Fe Khususnya pada remaja putri agar terhindar dari penyakit anemia.

c. Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini diharapkan agar peneliti dapat mengembangkan kemampuannya dan mengaplikasikan ilmu yang telah di dapat.