

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Usia remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan kognitif, biologis serta emosional. Remaja awal, yang mencakup usia 10-14 tahun, merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap anemia. Selama periode ini, remaja mengalami pertumbuhan fisik dan perkembangan mental yang pesat, yang memerlukan asupan nutrisi yang memadai untuk mendukung kesehatan dan fungsi tubuh secara optimal. Anemia pada remaja sering kali disebabkan oleh kekurangan zat besi, vitamin B12, atau folat, yang umumnya terkait dengan pola makan yang tidak seimbang dan kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya gizi seimbang. Pola makan yang rendah zat besi dan vitamin, serta konsumsi makanan yang kurang bergizi, merupakan faktor utama yang berkontribusi pada tingginya angka anemia di kalangan remaja. (Laili, 2022)

Remaja putri memiliki risiko lebih besar mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki karena adanya kehilangan darah akibat menstruasi. Selama periode menstruasi, kebutuhan zat besi meningkat hampir dua kali lipat. Ketidakteraturan siklus menstruasi, durasi yang lama, atau volume darah yang banyak turut memperparah risiko anemia (Briawan, 2014; Putra et al., 2020). Kehilangan darah saat menstruasi dapat menyebabkan kekurangan zat besi sebanyak 12–15 mg per bulan atau sekitar 0,4–0,5 mg per hari.

Berdasarkan data World Health Organization (WHO), anemia remaja dunia berkisar 40-88% dari 1,2 milyar jiwa. Angka kejadian anemia pada remaja putri di Negara Berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri. Populasi remaja diperkirakan 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. (WHO, 2020)

Prevalensi anemia di Indonesia yaitu sebesar 26,4% pada anak umur 5- 14 tahun dan sebesar 57% pada umur 15-24 tahun. Anemia dapat disebabkan beberapa factor yaitu pola menstruasi, penyakit infeksi, faktor istirahat (pola tidur), pengetahuan dan pemahaman remaja putri yang kurang tentang anemia dan status ekonomi orang tua. (Riskesdas, 2021).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2020 menunjukkan proporsi remaja putri yang memperoleh tablet tambah darah tingkat Nasional sebanyak 22,9% dan 16,30 % di Kalimantan Timur. (Kemenkes RI, 2021).

Prevalensi kejadian anemia di Provinsi Kalimantan Timur cukup tinggi, terutama pada remaja putri, dengan data tahun 2024 menunjukkan prevalensi sekitar 43,2%. Angka ini melebihi rata-rata nasional untuk remaja. Secara umum, prevalensi anemia di provinsi ini juga tergolong tinggi, dengan data tahun 2018 menunjukkan angka 13,9%, yang lebih tinggi dari rata-rata nasional pada saat itu (Profil, Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur, 2024).

Berdasarkan data profil kesehatan di Kabupaten Mahakam Ulu disebutkan bahwa kejadian anemia pada remaja putri cukup tinggi yaitu berkisar 21,2% dibandingkan dengan Kabupaten Kutai Timur 15,8% dan

Kabupaten Berau 13,9% ( (Profil, Dinas Kesehatan Kabupaten Mahakam Ulu).

Hasil survey tanggal 28 April 2025 di Kabupaten Mahakam Ulu terhadap 8 remaja putri didapatkan 5 remaja mengalami anemia dengan kadar hemoglobin < 12 g/dl dan 3 remaja tidak anemia. Hasil wawancara pada 5 remaja putri yang mengalami anemia didapatkan perilaku minum tablet Fe kurang benar, antara lain dikarenakan cara minum tablet Fe tidak teratur tiap minggu, cara minumnya tidak menggunakan air putih tetapi dengan air teh dan ada juga dengan air jeruk. Dari perilaku yang kurang benar dalam mengkonsumsi tablet Fe dapat menyebabkan kondisi anemia pada remaja putri.

Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zahra, dkk (2020) menunjukkan bahwa Edukasi gizi digunakan sebagai alat untuk meningkatkan kesadaran sikap individu tentang pencegahan dan penanggulangan anemia gizi besi. Hasil penelitian lain (Siti Qomariah, 2024) menunjukkan bahwa sebagian besar siswi di SMAN 7 Pekanbaru tidak mengetahui tentang anemia dan pemeriksaan kadar hemoglobin. Kurangnya kesadaran ini disebabkan oleh terbatasnya pendidikan dan paparan informasi tentang anemia pada remaja. Anemia umumnya disebabkan oleh beberapa faktor seperti kekurangan zat besi, perdarahan, genetik, kekurangan asam folat, dan gangguan sumsum tulang. Secara umum, anemia dapat disebabkan oleh peningkatan penghancuran sel darah merah (eritrosit) atau berkurangnya produksi sel darah merah. Kekurangan zat besi mengganggu pembentukan

hemoglobin, yang pada gilirannya memengaruhi perkembangan sel darah merah (eritropoiesis), yang menyebabkan anemia.

Faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian anemia pada remaja diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya misalnya vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin dan B12, kesalahan dalam konsumsi zat besi misalnya konsumsi zat besi bersamaan dengan zat lain yang dapat mengganggu penyerapan zat besi tersebut (Julaecha, 2020).

Anemia gizi besi adalah anemia yang timbul karena kosongnya cadangan zat besi di dalam tubuh sehingga pembentukan hemoglobin terganggu. Hemoglobin adalah bagian dari sel darah merah yang digunakan untuk menentukan status anemia. Kadar hemoglobin normal pada laki-laki sehat antara 14-17 g/ dL sedangkan Nilai normal kadar hemoglobin pada wanita adalah 12 g/dl. Tinggi rendahnya kadar hemoglobin ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu usia, jenis kelamin, aktivitas, makanan, merokok, dan penyakit lain yang diderita (Ningsih & Septiani, 2019). Kadar hemoglobin yang kurang dari normal disebut dengan anemia, sedangkan kadar yang melebihi normal disebut dengan polisitemia. (Turner et al., 2023).

Gejala anemia yang timbul adalah seperti kehilangan selera makan, sulit fokus, penurunan sistem kekebalan tubuh dan gangguan perilaku atau orang awam lebih mengenal dengan Gejala 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lunglai), wajah pucat dan kunang-kunang. Anemia adalah salah satu masalah gizi mikro yang cukup serius karena menimbulkan berbagai

komplikasi pada kelompok maupun anak baru lahir dan perempuan. Anemia pada remaja akan berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, penurunan kesegaran jasmani, dan gangguan pertumbuhan sehingga tinggi badan dan berat badan tidak mencapai normal (Herwandar & Soviyati, 2020)

Anemia gizi besi pada remaja putri beresiko lebih tinggi karena menyebabkan seseorang mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena masalah kesehatan. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. Salah satu faktor pemicu anemia adalah kondisi siklus menstruasi yang tidak normal. (Herwandar & Soviyati, 2020). Anemia pada remaja dapat diatasi dengan terpenuhinya masalah gizi yaitu meningkatkan asupan zat besi dalam makanan sehari-hari. Zat besi berfungsi dalam sistem pertahanan tubuh dan merupakan mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah.

Oleh karena itu perlu adanya upaya untuk memberikan penyuluhan tentang hemoglobin dan anemia, sehingga bertambah pengetahuan pada remaja tentang pentingnya hemoglobin di dalam tubuh. Selain itu Kurangnya deteksi dini mengenali anemia pada remaja dapat mengakibatkan kurangnya antisipasi yang cepat pada saat mengalami anemia.

Untuk itu dengan adanya pemeriksaan haemoglobin pada remaja dapat mencegah secara dini anemia yang di alami remaja. Penyebab anemia dapat diketahui dengan melakukan pendekatan diagnostik secara bertahap

melalui pengumpulan data klinis, pemeriksaan fisik dan tes di laboratorium. Deteksi dini diagnosis anemia dapat dilakukan dengan mengukur kadar hemoglobin (Hb) dengan peralatan POCT (Point of Care Testing). Metode POCT merupakan metode pemeriksaan sederhana menggunakan sampel dalam jumlah sedikit, mudah, cepat serta efektif untuk dilakukan di daerah-daerah dengan jumlah fasilitas kesehatan seperti puskesmas dan rumah sakit yang relatif sedikit.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui “Pengaruh perilaku konsumsi tablet fe terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di Kabupaten Mahakam Ulu”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dirumuskan masalah “Apakah Ada Pengaruh Perilaku Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Kabupaten Mahakam Ulu?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Menganalisis pengaruh perilaku konsumsi tablet Fe terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di Kabupaten Mahakam Ulu.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi perilaku konsumsi tablet Fe remaja putri di Kabupaten Mahakam Ulu
- b. Mengidentifikasi kadar hemoglobin pada remaja putri di Kabupaten Mahakam Ulu.

- c. Menganalisis pengaruh perilaku konsumsi tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di Kabupaten Mahakam Ulu.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan dapat memberi tambahan pengetahuan atau literatur tentang pengaruh konsumsi tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin sebagai upaya pencegahan terjadinya anemia pada remaja putri.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Responden**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pembelajaran dalam upaya meningkatkan ilmu atau wawasan khususnya mencegah terjadinya anemia pada remaja putri.

#### **b. Bagi Lahan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi tenaga kesehatan untuk evaluasi dalam meningkatkan pelayanan pada remaja putri dalam upaya mencegah terjadinya anemia.

#### **c. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai acuan referensi bagi peneliti selanjutnya dengan menggunakan variabel lain serta waktu dan tempat yang berbeda dari penelitian ini.

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian**

No .	Nama Peneliti	Judul	Nama Jurnal	Variabel	Metode Penelitian	Desain Sampling	Hasil	Perbedaan
1	Yohanes Don Bosko Demudkk (2024)	Edukasi Gizi Dan Tablet Tambah Darah Dalam Mencegah Anemia Pada Remaja Putri Di Sman Kota Kupang	Jurnal Ners Volume 9 Nomor 2 Tahun 2025 Halaman 2210 - 2216 JURNAL NERS Research & Learning in Nursing Science  <a href="https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.41308">https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.41308</a>	Independen: edukasi gizi dan tambah darah  Dependent: anemia	Quasi Ekperimen (rancangan eksperimen semu) dengan Pretest and Posttest one group design.	Non random, sampel sebanyak 100 responden	Terjadi adanya peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan tablet tambah darah dengan ditandai p_value sebesar .000, serta peningkatan tingkat pengetahuan setelah pemberian edukasi gizi ditandai dengan p_value sebesar .033.	Penelitian sebelumnya menggunakan variabel Edukasi gizi dan tambah darah dan anemia sedangkan saat ini menggunakan variabel perilaku konsumsi tablet Fe, dan peningkatan kadar hemoglobin

2	Yocki Yuanti (2021)	Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja	Jurnal ilmiah kesehatan kebidanan Vol. IX No.2, Juni 2020,	Independent: tablet Fe  Dependent:Kadar hemoglobin	Kuantitatif eksperimental, pre eksperimen dengan One grup pre tes-post tes	Quota sampling, populasi 105 remaja putri yang mengalami anemia sampel 38 responden	rata-rata kadar Hb remaja putri yang anemia meningkat 1,550 dengan p value = 0,001 artinya ada pengaruh yang signifikan pemberian tablet Fe terhadap kenaikan kadar Hb remaja putri yang mengalami anemia.	Penelitian sebelumnya dilakukan tahun 2020 sedangkan penelitian saat ini dilakukan tahun 2025 bulan September
3	Rita Sari, dkk (2021)	Pengaruh Konsumsi Telur Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Yang Mengalami Anemia	Jurnal Wacana Kesehatan Volume 5, Nomor 2, Desember 2020	Independent: Konsumsi telur Dependent: Peningkatan kadar hemoglobin	Desain penelitian ini eksperimen Semu dengan Rancangan one grup pretest posttest.	Menggunakan teknik Consecutive sampling	Rata-rata 41% remaja putri mengalami anemia, rata-rata 43,5% remaja putri tidak patuh konsumsi tablet Fe. Hasil meta-analisis pada 16 artikel menemukan nilai Odds Rasio Adjusted (ORa)= 6,94 (95% CI= 3,17-15,22; p< 0,0001).	Penelitian terdahulu menggunakan variabel konsumsi telur dan peningkatan kadar hemoglobin sedangkan pada penelitian saat ini menggunakan variabel konsumsi tablet Fe dan Peningkatan kadar

									hemoglobin.
--	--	--	--	--	--	--	--	--	-------------

