

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu masalah kesehatan yang paling umum di Indonesia adalah anemia. Anemia dapat terjadi di semua kelompok umur, mulai dari bayi hingga orang dewasa. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, anemia adalah 22,7% pada perempuan berusia ≥ 15 tahun dan 37,1% pada ibu hamil (Direktorat Gizi Masyarakat, 2016). Riskesdas 2018 melaporkan bahwa prevalensi anemia pada anak yang berusia 5-15 tahun yaitu sebesar 26,8%. Prevalensi anemia pada usia 15-24 tahun sebesar 32% sedangkan prevalensi anemia pada perempuan sebesar 27,2%. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 mencatat bahwa prevalensi anemia pada usia 5-14 tahun sebesar 16,3%, prevalensi anemia pada usia 15-24 tahun sebesar 15,5% (Tim Penyusun SKI Dalam Angka, 2023)

Kurang asupan makanan sumber zat besi, terutama makanan hewani (besi heme) seperti hati, daging, ayam, bebek, burung, dan ikan adalah penyebab sebagian besar anemia di Indonesia. Zat besi yang bersumber dari pangan hewani (besi heme) dapat diserap oleh tubuh antara 20-30%. (Direktorat Gizi Masyarakat, 2016)

Anemia defisiensi besi adalah masalah umum bagi anak dan remaja karena dapat memengaruhi produktivitas kerja dan prestasi akademik

mereka di sekolah. Enzim di otak merupakan aktivitas pertama dalam tubuh yang terpengaruh oleh kekurangan zat besi sehingga mempengaruhi perilaku dan kondisi mental. Dampak kekurangan zat besi selama masa pertumbuhan tidak dapat diubah (*ireversibel*). Di kemudian hari, dampak dari kekurangan zat besi ini dapat mempengaruhi kinerja kognitif dan akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak dan remaja yang kekurangan zat besi memiliki konsentrasi, akurasi, dan nilai IQ yang rendah. Selain itu, kemampuan untuk mengontrol suhu tubuh menurun, yang menyebabkan orang menjadi apatis dan mudah tersakiti (Hafsah Us & Mey Elisa Safitrim S.Keb, 2023)

Remaja putri, juga dikenal sebagai rematri, adalah salah satu kelompok yang rentan mengalami anemia karena kehilangan darah selama menstruasi. Selain itu, remaja putri yang mengalami anemia juga berisiko mengalami anemia saat hamil. Hal ini mengganggu perkembangan janin yang dikandung dan dapat menyebabkan komplikasi selama kehamilan dan persalinan, bahkan dapat menyebabkan kematian ibu dan anak (Direktorat Gizi Masyarakat, 2016) Kesehatan remaja putri yang merupakan calon seorang ibu perlu menjadi perhatian utama. Di dalam siklus kehidupan, pada masa remaja merupakan masa yang sangat penting khususnya bagi remaja putri. Pada masa ini terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan, sehingga jika dapat dilakukan secara maksimal, maka akan menghasilkan remaja putri yang sehat agar kelak menjadi calon ibu yang sehat pula. (Yusni Podungge, 2021)

Kebutuhan zat besi meningkat selama kehamilan, balita, anak usia sekolah, dan remaja. Ini karena proses pertumbuhan yang cepat diperlukan selama periode ini. Sehingga anak usia balita, anak usia sekolah, dan remaja membutuhkan zat besi dalam jumlah yang banyak. (Wiwit Dwi Nurbadriyah, 2019) Remaja putri rentan mengalami anemia karena mengalami menstruasi, yang mengakibatkan remaja putri kehilangan banyak darah. Remaja putri juga sedang tumbuh dengan sangat pesat sehingga perlu zat gizi lebih banyak. Kekurangan asupan zat besi dan protein dalam makanan sehari-hari juga merupakan salah satu penyebab remaja putri rentan mengalami anemia. Selain itu remaja putri sering melakukan diet yang keliru untuk menurunkan berat badan.

Intervensi pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS) sangat penting karena akan menentukan kualitas sumber daya manusia generasi berikutnya. Remaja perempuan yang sehat dan tidak mengalami anemia akan tumbuh dan berkembang menjadi seorang ibu yang sehat dan dapat melahirkan bayi yang sehat. Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan juga mendukung upaya ini. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada remaja putri di Kupang (Nusa Tenggara Timur) tahun 2002, menunjukkan bahwa kadar hemoglobin dan serum feritin lebih tinggi dengan suplementasi Tablet Tambah Darah yang diberikan setiap minggu selama 16 minggu dibandingkan dengan suplementasi Tablet Tambah Darah yang diberikan selama empat hari berturut-turut selama siklus menstruasi empat siklus. Studi yang dilakukan pada siswa SMA di Tasikmalaya menemukan bahwa

kadar Hb dapat ditingkatkan dengan pemberian Tablet Tambah Darah satu kali seminggu ditambah setiap hari selama sepuluh hari selama menstruasi. Namun, tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok tersebut.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yocki Yuanti et al. pada remaja putri di SMK Binakarya Mandiri 1 pada tahun 2018, ditemukan bahwa pemberian tablet besi memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putri yang mengalami anemia. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan kadar Hb rata-rata 1,550 dengan p value = 0,001 (Yuanti, et al., 2020)

Pemerintah Indonesia berusaha meningkatkan asupan zat besi dengan memberi remaja putri dan wanita usia subur (WUS) tablet tambah darah (TTD). Dengan dosis yang tepat, tablet tambah darah dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi tubuh. (Direktorat Gizi Masyarakat, 2016) Pemberian Suplementasi Tablet Tambah Darah bertujuan agar remaja putri dapat terhindar dari risiko anemia. Kesadaran serta kepatuhan dari remaja putri sangat mempengaruhi dalam konsumsi Tablet Tambah Darah. (Hafsah Us & Mey ElisaSafitrim S.Keb, 2023)

Berdasarkan hasil tinjauan literatur yang dilakukan oleh Wahyu Tri Astuti pada tahun 2023 tentang Pemberian Tablet Fe terhadap Anemia pada Remaja Putri menyatakan bahwa tablet Fe akan efektif diberikan pada remaja putri yang berusia 14-20 tahun, dengan dosis 200 mg tablet Fe besi elemental dan asam folat 0,25 mg, yang diberikan dalam satu

minggu sebanyak satu tablet selama tiga minggu dan diminum pada malam hari dengan air putih. (Astuti, 2023)

Hasil studi pendahuluan yang sudah peneliti lakukan di SMPN 4 Bulik Kabupaten Lamandau dengan dibantu oleh staf laboratorium puskesmas, didapatkan data dari 35 remaja putri yang diperiksa kadar Hemoglobin, terdapat 21 remaja putri yang dinyatakan anemia. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMPN 4 Bulik Kabupaten Lamandau dengan jumlah keseluruhan remaja putri sebanyak 205 orang.

Berdasarkan uraian latar belakang, teori, jurnal dan data-data di atas terkait anemia, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui Gambaran Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Kadar Hemoglobin Remaja Putri di SMPN 4 Bulik Kabupaten Lamandau.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana konsumsi tablet tambah darah dan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMPN 4 Bulik Kabupaten Lamandau ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran konsumsi tablet tambah darah dan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMPN 4 Bulik Kabupaten Lamandau.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan kadar hemoglobin sebelum konsumsi tablet tambah darah.

- b. Mendeskripsikan kadar hemoglobin sesudah konsumsi tablet tambah darah.
- c. Menganalisis pengaruh konsumsi tablet tambah darah terhadap kadar hemoglobin.

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk responden penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang konsumsi tablet tambah darah dan kadar hemoglobin
2. Untuk instansi kesehatan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan dalam menyusun rencana program intervensi yang diberikan kepada anak usia remaja .
3. Untuk penelitian selanjutnya penelitian ini juga diharapkan dapat sebagai dasar pengembangan penelitian selanjutnya.