BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan individu yang berusia 11-20 tahun. Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak ke dewasa yang dapat ditandai dengan perubahan perkembangan fisik, seksual, psikologis dan sosial. Pada saat ini sebagian besar remaja menderita kekurangan gizi kronis dan anemia yang bisa berdampak terhadap kesehatan dan perkembangannya serta keturunannya yang berkontribusi pada siklus malnutrisi antargenerasi (WHO, 2019). Populasi yang sangat rentan mengalami anemia adalah kalangan remaja, hal ini disebabkan karena tingginya kebutuhan nutrisi untuk pertumbuhan dan rendahnya asupan gizi. Masa remaja sering juga disebut sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, atau dari masa permulaan pubertas menuju kedewasaan, dimulai pada usia 14 tahun untuk laki-laki dan usia 12 tahun pada perempuan (Silitonga dan Nuryeti, 2021). Jika dilihat dari usianya remaja dapat dikelompokan menjadi tiga periode, yaitu remaja awal usia 11-13 tahun, remaja pertengahan usia 14-17 tahun, dan remaja akhir usia 18-21 tahun (Wirenviona dan Riris, 2020)

Kekurangan kadar hemoglobin saat ini masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang dapat disebabkan karena terjadinya menstruasi/kehilangan banyak darah pada remaja putri, kurangnya asupan kaya zat besi dan protein. Adapun beberapa dampak

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

yang dapat terjadi pada remaja putri yang cukup memprihatinkan yakni seperti penurunan kesehatan dan prestasi belajar (Kemenkes.RI, 2021).

Menurut data World Health Organization (WHO) pada tahun 2022, secara global prevalensi anemia yang ada di seluruh dunia sebesar 29,9% pada wanita usia subur yang dinilai sama dengan lebih dari setengah miliar wanita berusia 15-49 tahun. Di Indonesia sendiri angka kejadian anemia atau kekurangan kadar hemoglobin sejumlah (31,2%) yang sebelumnya pada tahun 2018 berjumlah 32% (WHO, 2022). Hasil dari survey yang di lakukan di Daerah Istimewah Yogyakarta pada tahun 2012 terdapat 36% remaja putri yang menderita kekurangan kadar hemoglobin, lalu terjadi perbaikan menjadi 19,3% pada tahun 2018 namun, angka prevalensi masalah kekurangan kadar Hb di nilai masih lebih tinggi dibandingkan target nasional sebesar < 15% oleh karena itu masih diperlukannya upaya ekstra dalam perbaikan kualitas gizi pada remaja putri (Dinkes DIY, 2020).

Hasil Riskesdas tahun 2018, proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (20,3%). Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32% (Riskesdas, 2018). Pada tahun 2019, dari data Dinas Kesehatan Kota didapatkan usia 10-14 tahun yang terjadi anemia 74 kasus (0,22%) dan usia 15-19 tahun yang terjadi anemia 104 kasus (0,25%) (Riskesdas Bengkulu, 2019).

Berdasarkan laporan kegiatan kesehatan anak sekolah (Penjaringan) tingkat SMA/SMK/MA tahun 2023/2024 di Kota Bengkulu, yang mencakup 20 wilayah puskesmas yang ada di kota bengkulu terdapat

temuan mengenai anemia. Jumlah anak yang mengalami anemia ringan tercatat sebanyak 722 orang, sementara anemia sedang mencapai 505 orang dan anemia berat sebanyak 23 orang. Dari data tersebut wilayah kerja UPTD puskesmas dengan kasus resiko anemia tertinggi yaitu puskesmas penurunan dengan rincian 187 orang mengalami anemia ringan, 188 orang anemia sedang, dan 2 orang anemia berat khususnya di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu. Pada tahun 2023 puskesmas penurunan melakukan pemeriksaan hemoglobin (HB) di tingkat SMA/SMK/MA. Dari dua SMA yang diperiksa SMA yang paling banyak menderita anemia adalah SMA Negeri 2 Kota Bengkulu, jumlah siswa yang diperiksa yaitu 229 orang dan sebanyak 113 orang menderita anemia, anemia ringan sebanyak 56 orang, dan anemia sedang sebanyak 57 orang.

Dari hasil survey awal lapangan yang telah dilakukan pada 10 orang responden remaja putri di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu didapatkan rata-rata kadar hemoglobin yaitu 10,96 g/dl. Hasil survey awal pada data asupan protein, zat besi dan asam folat, didapatkan dari 10 orang responden yang mengkonsumsi protein yaitu 2 orang (baik) dan 8 orang lainya (kurang) dengan rata-rata asupan (39,8 gram). Data asupan zat besi dari 10 orang sampel didapatkan hasil sebanyak 7 orang (kurang) dan 3 orang lainya (Lebih) dengan rata-rata asupan (12,08 mg). Data asupan asam folat dari 10 orang responden didapatkan hasil semua sampel dalam kategori kurang dengan rata-rata asupan asam folat 189,76 mcg.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Berdasarkan hasil penelitian Cynthia Almaratus Sholicha, Dkk (2019) menunjukan adanya hubungan yang kuat antara asupan zat besi dengan kadar hemoglobin. Semakin tinggi asupan zat besi maka kadar hemoglobin juga akan bertambah tinggi, sehingga dapat menyebabkan rendahnya angka kejadian anemia.

Pada hasil penelitian Fitri Nur Khofifah,Dkk (2023) dijelaskan bahwa ada hubungan yang signifikan dengan tingkat kekuatan cukup antara asupan protein dengan kadar hemoglobin. Konsumsi protein yang cukup dapat mempengaruhi mobilisasi zat besi dalam tubuh untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri.

Hasil penelitian Septa Rina, Dkk (2023) mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan diketahui bahwa hubungan antara asupan asam folat dengan kadar hemoglobin menunjukkan hubungan sangat kuat (r = 0.906) dengan koefisien korelasi positif.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang " Hubungan Konsumsi Protein, Zat Besi dan Asam Folat dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri Kelas X di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu Tahun 2025 "

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan konsumsi protein, zat besi dan asam folat dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu tahun 2025 ?

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Menganalisis hubungan konsumsi protein, zat besi dan asam folat dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu.

2. Tujuan Khusus

   1) Diketahui gambaran konsumsi protein pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu tahun 2025.
   2) Diketahui gambaran konsumsi zat besi pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu tahun 2025.
   3) Diketahui gambaran konsumsi asam folat pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu tahun 2025.
   4) Diketahui kadar hemoglobin remaja putri kelas X di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu tahun 2025.
   5) Diketahui hubungan konsumsi protein dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu tahun 2025.
   6) Diketahui hubungan konsumsi zat besi dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu tahun 2025.
   7) Diketahui hubungan konsumsi asam folat dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu tahun 2025.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan membuka wawasan berpikir penulis serta dapan memberikan informasi dan pengalaman mengenai kesehatan.

2. Bagi Remaja Putri

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan bagi remaja putri yang menderita anemia sehingga dapat menegetahui hubungan asupan protein, zat besi dan asam folat dengan kadar hemoglobin pada remaja putri.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
1.	Fitri Nur Khofifah,Dkk (2023)	Hubungan Asupan Protein dan Vitamin A Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMA Muhammadiyah 10 GKB	Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan observasional analitik menggunakan desain cross sectional study.	Berdasarkan hasil menggunakan uji statistik Pearson diperoleh p value 0,014 ≤ α 0,05 dengan R = -0,264. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan dengan tingkat kekuatan cukup antara asupan protein dengan kadar hemoglobin.
2.	Cynthia Almaratus Sholicha, Dkk (2019)	Hubungan Asupan Zat Besi, Protein, Vitamin C Dan Pola Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMAN 1 Manyar Gresik	Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan desain studi cross sectional	Berdasarkan uji Hasil analisis hubungan asupan zat besi dengan kadar hemoglobin (p=0,000;r=0,635) menunjukan adanya hubungan yang kuat antara asupan zat besi dengan kadar hemoglobin. Semakin tinggi asupan zat besi maka kadar hemoglobin juga akan bertambah tinggi, sehingga dapat menyebabkan rendahnya angka kejadian anemia
3	Septa Rina, Dkk (2023)	Hubungan Asupan Vitamin C, Asam Folat Dan Zat Besi Dan Protein Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Kota Bengkulu	Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desainCross sectional	Berdasarkan hasil asupan asam folat dengan kadar hemoglobin didapatkan nilai p 0.000, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan diketahui bahwa hubungan antara asupan asam folat dengan kadar hemoglobin menunjukkan hubungan sangat kuat (r = 0.906) dengan koefisien korelasi positif.