BAB 1
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia terutama terjadi di negara berkembang salah satunya Indonesia (Sarbini et al., 2024). Anemia masuk dalam empat permasalahan gizi utama di Indonesia yang sampai saat ini belum teratasi. Adapun kelompok yang berisiko mengalami anemia salah satunya adalah remaja putri (Septyasih et al., 2024). Remaja putri lebih rentan mengalami anemia dibandingkan remaja putra, karena setiap bulannya remaja putri kehilangan zat besi dalam tubuh akibat dari menstruasi. Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan menurunnya produktivitas kerja, pertumbuhan terhambat, tubuh mudah terinfeksi, kebugaran tubuh berkurang, semangat belajar dan prestasi menurun (Lestari et al., 2023). Dampak yang lebih serius dari anemia yang terjadi pada remaja putri yaitu ketika masa kehamilan dan persalinan, dapat berakibat keguguran atau kematian pada janin, berat badan bayi lahir rendah, dan tingginya resiko pendarahan saat melahirkan (Sarbini *et al*., 2024)

Prevalensi anemia tertinggi berada di bagian Asia Selatan dan Asia Tengah serta Afrika Barat. Anemia mempengaruhi setengah miliar wanita subur diseluruh dunia. Pada tahun 2011, berjumlah 29% (496 juta) wanita tidak hamil dan 38% (32,4 juta) wanita berusia 15-49 tahun mengalami anemia (*World Health Organization*, 2018). Berdasarkan 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, 2013). 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).

Dinas Kesehatan Kota Bengkulu pada tahun 2023 melaksanakan penjaringan kesehatan anak di sekolah yang mencakup 20 wilayah puskesmas yang berada di kota bengkulu. Terdapat 1 dari 20 puskesmas dengan kasus resiko anemia remaja putri tertinggi yaitu puskesmas penurunan dan didapatkan (187 remaja putri) mengalam anemia ringan, (188 remaja putri) mengalami anemia sedang dan (2 remaja putri) mengalami anemia berat (Dinkes Kota Bengkulu, 2023).

Puskesmas penurunan kota bengkulu pada tahun 2024 melaksanakan penjaringan kesehatan anak disekolah ditemuk8)n 1 sekolah yang memiliki kasus resiko anemia remaja putri yaitu di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu dengan jumlah siswi 312 kelas 10 terdapat 163 siswi yang mengalami anemia dengan persentase 52% didapatkan (92 siswi) mengalami anemia ringan, (siswi) mengalami anemia sedang, dan (6 siswi) yang mengalami anemia berat. Anemia biasanya terjadi pada remaja putri yang dapat disebabkan oleh asupan makan yang kurang atau tidak adekuat, asupan zat besi merupakan faktor utama penyebab kejadian anemia. Anemia terjadi karena kurangnya zat besi dalam tubuh yang penyebabnya karena kurang mengkonsumsi asupan zat besi (Trisnawati, 2014).

Zat besi diperlukan untuk membentuk sel-sel darah merah dalam tubuh, yang kemudian dikonversi menjadi hemoglobin dan beredar ke seluruh jaringan tubuh yang berfungsi membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer (Rizal et al., 2023). Selain itu Metabolisme zat besi dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah protein dan vitamin A (Roussel, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada siswi SMK 10 menunjukkan bahwa siswi dengan asupan zat besi kurang dengan status anemia dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 10 Semarang (Ayu Silvia, 2019).

Protein berperan penting dalam pembentukan butir-butir darah seperti eritrosit dan hemoglobin dan dalam transportasi zat besi untuk pembentukan sel darah di sumsum tulang (Kusudaryati & Prananingrum, 2018). Asupan protein yang kurang mengakibatkan transportasi zat besi terhambat sehingga terjadi defisiensi zat besi yang berisiko menderita anemia (Rahayu et al., 2021). Penelitian yang dilakukan (Thamrin & Masnilawati, 2021) menunjukkan bahwa semakin rendah konsumsi protein seseorang maka semakin rendah juga kadar hemoglobin dalam darah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siswi pada SMA Negeri 11 Medan menunjukkan anemia dapat dipengaruhi oleh asupan protein dan dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara asupan protein dengan kejadian (Alfani and Nuriannisa, 2022).

Selain kebutuhan Fe dan protein, vitamin A memiliki peran penting dalam

pembentukan hemoglobin. Apabila tubuh kekurangan vitamin A maka kemudian mengalami terganggunya aliran zinc di hati dan penyatuan zinc pada sel darah merah (Oktaviani et al., 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya mengenai hubungan asupan mikronutrien terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri menunjukkan terdapat hubungan signifikan. asupan vitamin A dengan peningkatan kadar Hemoglobin (Sahana & Sumarmi, 2015). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Muhammadiyah 10 GKB, menunjukkan adanya hubungan signifikan antara vitamin A dengan kadar hemoglobin yang mengakibatkan anemia (Sumarmi Sahana, 2015).

Dari survei awal yang dilakukan peneliti pada siswi kelas 10 SMK Negeri 3 Kota bengkulu dengan menggunakan kuesioner *semi food frequency questionnaire* didapatkan data sebagai berikut: dari 10 siswi didapatkan hasil bahwa hampir seluruh siswi mengalami anemia, hasil rata-rata konsumsi Fe didapatkan bahwa seluruh dari siswi mengalami kekurangan Fe dengan presentasi 100% <15 mg/hari (1,7-8,9 mg/hari), rata-rata konsumsi protein didapatkan seluruh siswi mengalami kekurangan asupan protein <65 gr/hari (28,3-56,7 gr/hari), dan rata-rata vitamin A didapatkan hasil bahwa sebagian dari siswi mengalami kekurangan asupan vitamin A dengan persentase 70%<600 RE/hari (391,0-1624 RE/hari). Berdasarkan dari uraian di atas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "Hubungan Asupan Fe, Protein dan Vitamin A Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu tahun 2025".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka peneliti dapat merumuskan masalah penelitian ini yaitu Bagaimana hubungan asupan Fe, protein dan vitamin A terhadap kejadian anemia pada remaja putri kelas 10 di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu tahun 2025.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahui hubungan Asupan Fe, Protein dan vitamin A dengan kejadian anemia remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu

1.3.2 Tujuan Khusus

a. Diketahui gambaran asupan Fe pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu Tahun 2025.
b. Diketahui gambaran asupan protein pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu Tahun 2025.
c. Diketahui gambaran asupan vitamin A pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu Tahun 2025.
d. Diketahui kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu Tahun 2025
e. Diketahui hubungan konsumsi Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu Tahun 2025
f. Diketahui hubungan konsumsi protein dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu Tahun 2025
g. Diketahui hubungan konsumsi vitamin A dengan kejadian anemia pada

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu Tahun 2025

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Institusi

Diharapkan hasil penelitian ini nantinya dapat menjadi acuan dan referensi serta bermanfaat bagi seluruh mahasiswa/mahasiswi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu terutama bagi mahasiswa/mahasiswi jurusan gizi.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Sebagai sumber informasi dan intervensi bagi masyarakat terkait zat besi, protein dan vitamin A dengan kejadian anemia,

1.4.3 Bagi Peneliti

Sebagai sumber pengetahuan, menambah wawasan dan pengalaman peneliti dalam memecahkan masalah gizi yang ada di masyarakat dan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu sumber untuk mengembangkan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan asupan Fe, protein dan zat besi dengan kejadian anemia remaja putri.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Nama dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Kesimpulan
1.	Hardi Firmansyah , Wildah Afani Harahap , Risti Rosmiati, (2022)	Asupan Protein Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi SMA Negeri 11 Medan	Desain *cross sectional study*	Penelitian ini menunjukkan bahwa asupan protein berhubungan signifikan dengan kejadian anemia
2.	Ika Savitri Salsabil, Siti Rahayu Nadhiroh,(2023)	Hubungan Asupan Protein, Vitamin C, dan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri	*Literature review*	Menunjukkan adanya hubungan asupan protein dan anemia pada remaja putri dan adanya hubungan antara asupan zat besi dengan anemia remaja putri
3.	Fitri Nur Khofifah, dkk, (2023)	Hubungan Asupan Protein dan Vitamin A Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Pu tri Di SMA Muhammadiyah 10 GKB	Desain *cross sectional study*	Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara asupan protein dan vitamin A dengan kadar hemoglobin pada remaja putri
4.	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	Desain studi *cross sectional*.	Terdapat hubungan signifikan kan asupan protein dengan kadar hemoglobin pada remaja putri.
5.	Agustin Diyah Kusumawati, Nur Hayati, Angga Hardiansyah, (2024)	Hubungan Antara Asupan Fe, Kebiasaan Minum Teh, Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Santri Putri	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*	Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat besi (Fe) dengan kejadian anemia.