

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Remaja merupakan tahap kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dengan rentang usia 10-19 tahun (*World Health Organization, 2021*). Menurut Santrock masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan serangkaian perubahan biologis, kognitif, dan emosional (Sunarti, A. 2022).

Remaja berada dalam fase pertumbuhan, sehingga kebutuhan nutrisinya meningkat. Remaja putri membutuhkan lebih banyak zat besi dibandingkan laki-laki. Remaja putri mengalami menstruasi sehingga menyebabkan hilangnya zat besi yang sangat diperlukan untuk sintesis hemoglobin. Akibatnya akan terjadi penurunan kadar hemoglobin dan beresiko mengalami anemia (Kemenkes RI, 2018).

Hemoglobin (Hb) adalah zat protein yang terdapat didalam sel darah merah dan eritrosit. Hb mengangkut oksigen dan karbondioksida utama didalam tubuh dan menghantarkannya ke seluruh jaringan tubuh (Kemenkes RI. 2022). Kekurangan oksigen didalam jaringan otak maupun jaringan otot dapat mengakibatkan metabolisme tubuh dan sel-sel saraf tidak berfungsi dengan optimal, penurunan percepatan impuls saraf, menghilangkan *system reseptor dopamine* (Kemenkes RI, 2018).

Kemampuan hemoglobin untuk mengangkut oksigen sangat dipengaruhi oleh kadar zat besi di dalam tubuh. Ketika cadangan zat besi menurun dan absorpsi zat besi meningkat, akibatnya jumlah protoporfirin yang diubah menjadi darah berkurang. Hal ini menyebabkan penurunan kadar ferritin serum yang mengakibatkan penurunan kadar hemoglobin darah, sehingga berpotensi menyebabkan anemia (Indana, T., et al. 2023).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2024 menunjukkan prevalensi remaja putri yang mengalami anemia di dunia yaitu sebanyak 30% dari jumlah populasi 1,3/M jiwa. Populasi remaja diperkirakan mencapai 16% dari total seluruh penduduk dunia tahun 2024. Menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2022 prevalensi anemia di Indonesia pada kelompok remaja usia 13 hingga 18 tahun yaitu 23% pada remaja putri dan 17% pada remaja laki-laki (Sihombing Yulandari et al., 2023). Pemerintah Indonesia perlu memberikan perhatian serius terhadap penanganan anemia pada remaja putri sebagai masalah kesehatan (Kemenkes, 2022).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RIKESDAS, 2021) menyampaikan data yang cukup mengkhawatirkan yaitu tercatat prevalensi kejadian anemia pada tahun 2021 tercatat sekitar 22,7% remaja usia 3-18 tahun, maka dapat disimpulkan 3-4 dari 10 remaja mengalami anemia. Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat (2022), menjelaskan bahwa tingkat anemia pada remaja putri di Jawa Barat mencapai 40% atau sekitar 1,7 juta. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Pemerintah Kabupaten (PemKab) Cirebon angka prevalensi anemia di Kabupaten Cirebon 43,9% atau sekitar

4.800 remaja putri mengalami anemia. Oleh karena itu, anemia menjadi masalah kesehatan utama dikalangan remaja, terutama pada remaja putri. Pembentukan hemoglobin dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu pola makan, usia, jenis kelamin, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan penyakit penyerta (Aridya et al., 2023).

Pola makan merupakan informasi yang memberikan gambaran terkait berbagai macam dan jumlah makanan yang dikonsumsi sehari-hari oleh seseorang. (Andriani M, Wiratmaji B. 2016). Pola makan merupakan kebiasaan makan yang berpengaruh terhadap kesehatan tubuh seseorang yang didasarkan pada jumlah, kualitas, dan jenis makanan yang cukup. (Kemenkes RI, 2020).

Pola makan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi remaja. Pada masa remaja memerlukan asupan gizi yang cukup tinggi untuk mencapai potensi pertumbuhan secara optimal, dikarenakan terdapat hubungan yang sangat kuat antara nutrisi dan pertumbuhan. Jika kebutuhan gizi pada masa remaja tidak terpenuhi, hal itu dapat menghambat pertumbuhan remaja. Pola makan pada remaja perlu memenuhi kebutuhan zat gizi makro seperti karbohidrat, serat, lemak, protein, serta zat gizi mikro yang meliputi vitamin dan mineral (Rasmaniar et al., 2023).

Pola makan yang tidak tepat atau tidak seimbang dapat menyebabkan permasalahan gizi seperti *undernutrition* dan *overnutrition*, terjadinya penurunan fungsi otak, kemampuan fisik dan daya tahan tubuh yang buruk, gangguan pencernaan, kualitas tidur dan suasana hati yang buruk, serta resistensi insulin dan menyebabkan berbagai macam penyakit dan yang paling sering terjadi pada

masa remaja yaitu anemia (Ilmiah & Keris, 2022). Terutama kurangnya asupan hewani dan nabati yang merupakan sumber zat besi untuk pembentukan hemoglobin sebagai salah satu komponen sel darah merah. Pola makan yang tepat perlu dibiasakan dan dibentuk sebagai salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan gizi pada remaja putri (Aspihani et al., 2023).

Andina et al., (2019) menjelaskan bahwa pola makan remaja putri sebagian besar cukup (78%). Remaja putri Sebagian besar mempunyai kadar hemoglobin  $\geq 12$  gr/Dl (63%) dan terdapat hubungan antara pola makan dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMP Negeri 2 Ungaran Kabupaten Semarang dengan *p value* sebesar 0,000 ( $\alpha = 0,05$ ). Penelitian lain yang dilakukan oleh Yasirotul et al., (2023) menjelaskan bahwa hasil uji korelasi *spearman rank* pada variabel pola makan menunjukkan hasil *p value*  $< 0,05$  yang berarti terdapat hubungan pola makan terhadap kadar hemoglobin, namun pada variabel status gizi menunjukkan hasil *p value*  $> 0,05$  yang berarti tidak terdapat hubungan status gizi terhadap kadar hemoglobin. Maka dapat disimpulkan terdapat hubungan pola makan dengan kadar hemoglobin, dan tidak terdapat hubungan status gizi dengan kadar hemoglobin.

Dalam tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs) Goal 3 yaitu untuk “Memastikan kehidupan yang sehat dan meningkatkan kesejahteraan bagi semua orang di segala usia.” Pada penelitian ini *assessment* yang dilakukan yaitu melakukan pengecekan kadar hemoglobin pada remaja putri yang merupakan turunan dari indikator memastikan akses universal terhadap layanan perawatan kesehatan seksual dan reproduksi.

Studi pendahuluan yang dilakukan di MTs Islamic Centre pada tanggal 24 Januari 2025. Ditemukan oleh peneliti yaitu terdapat 51 siswa putri di MTs Islamic Centre mengonsumsi makanan cepat saji, tidak sarapan pagi, serta jajan sembarangan. MTs Islamic Centre merupakan suatu sekolah yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Kedawung. Pada tahun 2024 MTs Islamic Centre merupakan sekolah yang menduduki urutan nomor 3 dari jumlah total 18 sekolah yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Kedawung dengan presentase 65% siswi mengalami anemia. Puskesmas Kedawung memiliki program kerja untuk melakukan pengecekan kadar hemoglobin (Hb) secara berkala.

Berdasarkan data-data pada latar belakang menunjukkan bahwa kadar hemoglobin pada remaja putri sangat penting karena hal tersebut dapat menentukan kualitas sumber daya generasi berikutnya, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan pola makan dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kedawung Kabupaten Cirebon tahun 2025.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah merupakan penjabaran rinci dari pertanyaan-pertanyaan penelitian yang telah disampaikan dalam latar belakang masalah. Pertanyaan-pertanyaan ini akan dicari jawabannya melalui proses penelitian yang dilakukan (Machdali, I. 2021). Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah hubungan antara pola

makan dengan kadar hemoglobin di Wilayah Kerja Puskesmas Kedawung Kabupaten Cirebon tahun 2025?”

### **1.3 Tujuan**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Hubungan antara pola makan dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kedawung Kabupaten Cirebon Tahun 2025.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui pola makan pada remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kedawung Kabupaten Cirebon Tahun 2025.
2. Untuk mengetahui kadar hemoglobin pada remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kedawung Kabupaten Cirebon Tahun 2025.
3. Untuk menganalisis Hubungan antara pola makan dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kedawung Kabupaten Cirebon Tahun 2025.

### **1.4 Manfaat**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan konsep dan teori mengenai Keperawatan Anak dalam bidang Ilmu Keperawatan.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

- a. Bagi Puskesmas Kedawung Kabupaten Cirebon

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dalam program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yaitu pelayanan kesehatan secara berkala untuk mencegah anemia pada remaja putri pada cakupan wilayah kerjanya.

b. Bagi Institut Teknologi dan Kesehatan Mahardika

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pengembangan program pembelajaran dan mengembangkan metode praktikum pada Remaja dalam Mata Kuliah Keperawatan Anak.

c. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang kadar hemoglobin dan dampaknya di masa depan.

d. Bagi MTS Islamic Centre

Penelitian ini diharapkan menjadi bahan pembelajaran dalam program kesehatan terkait Program Pembinaan Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS).

e. Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan akan mengembangkan pelayanan keperawatan dengan konseling pada remaja putri.

f. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan akan menambah pengetahuan terkait pola makan dan kadar hemoglobin pada remaja putri.

### 1.5 Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian yang berkaitan dengan judul “Hubungan Pola Makan dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kedawung Kabupaten Cirebon”.

1. Denia, P., Renince, S., & Marni, B. (2021). “Hubungan Pola Makan dengan Kadar Hemoglobin pada Mahasiswa Tingkat I dan II Program Studi DIII Kebidanan Stikes Medistra Indonesia”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswi Tingkat I Dan II DIII Kebidanan Di Stikes Medistra Indonesia. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh Mahasiswi Tingkat I Dan II DIII Kebidanan di Stikes Medistra Indonesia. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Stratified Random Sampling* sebanyak 62 orang. Jenis penelitian yang digunakan adalah metode studi analitik bersifat kuantitatif dengan *Crosssectional*. Alat pengumpulan data berupa kuesioner dan alat cek Hb digital, serta analisis data menggunakan *Chi-Square*. Persamaan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain penelitian dengan pendekatan *cross sectional*, instrumen penelitian, variabel independen dan variabel dependen yang sama. Perbedaan dalam penelitian ini adalah teknik sampling, teknik analisa data dan lokasi penelitian.
2. Yasirotul, H., Dwi, N., & Amalia, R. (2023). “Hubungan Pola Makan dan Status Gizi Terhadap Kadar Hemoglobin pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik. Penelitian ini bertujuan

untuk mengetahui hubungan pola makan dan status gizi terhadap kadar hemoglobin pada mahasiswi fakultas kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik. Populasi pada penelitian ini yaitu Mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik. Jumlah sampel 85 diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Jenis penelitian ini menggunakan Analitik observasional dengan pendekatan *Cross sectional*. Pengumpulan data pola makan dilakukan dengan recall 24 jam selama 3 hari tidak berturut-turut, pengisian *Frequency Questionnaire*, sedangkan kadar hemoglobin diperoleh dengan pemeriksaan hemoglobin menggunakan digital *easy touch*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *spearman rank*. Persamaan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain penelitian dengan pendekatan cross sectional, teknik analisa data, instrumen penelitian, variabel independen dan variabel dependen yang sama. Perbedaan dalam penelitian ini adalah teknik sampling dan lokasi penelitian.

3. Andina, E., Raharjo, A., & Fiki, W. (2019). "Hubungan Pola Makan dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Ungaran Kabupaten Semarang". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMP Negeri 2 Ungaran Kabupaten Semarang. Populasi pada penelitian ini yaitu Remaja Putri SMP Negeri 2 Ungaran Kabupaten Semarang. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 82 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Jenis penelitian ini

menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Alat pengumpulan data berupa kuesioner dan alat cek Hb digital, serta analisis data menggunakan *Chi-Square*. Persamaan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain penelitian dengan pendekatan *cross sectional*, instrumen penelitian, variabel independen dan variabel dependen yang sama. Perbedaan dalam penelitian ini adalah teknik sampling, teknik analisa data dan lokasi penelitian.

4. Rati, P., Evi, M., & Yussie, A. (2023). “*Correlation of Hemoglobin Levels with Nutritional Status in Adolescent Girls: A Health Promotion Perspective*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian kadar hemoglobin pada remaja putri. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi di SMKN 06 Padang. Sampel yang digunakan yaitu 144 siswi yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Jenis penelitian ini yaitu survei analitik dengan desain *cross-sectional*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur hemoglobin adalah alat ukur hemoglobin digital. Status gizi dalam penelitian ini menggunakan pengukuran status gizi remaja dengan indikator IMT menurut umur, serta teknik analisa datanya menggunakan *Uji Kendall's*. Persamaan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain penelitian dengan pendekatan *cross sectional*, instrumen penelitian, dan variabel dependen yang sama. Perbedaan dalam penelitian ini adalah teknik sampling, teknik analisa data dan lokasi penelitian.

5. Ahankari, A., dkk. (2021). “*Two Measures of Systemic Inflammation are Positively Associated with Haemoglobin Levels in Adolescent Girls Living in Rural India: A Cross-Sectional Study*”. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis bahwa peradangan sistemik berhubungan dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di India. Populasi pada penelitian ini yaitu terdiri dari remaja putri berusia antara 10 sampai 19 tahun yang tinggal di daerah pedesaan terpencil di Negara Bagian Maharashtra, India yang mencakup sekitar 4.000 jiwa. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 401 responden dengan menggunakan Teknik *Purposive Sampling*. Jenis penelitian ini menggunakan metode *study cross sectional*. Data dikumpulkan mengenai ukuran antropometri dan sampel darah vena diambil dan diuji untuk menghitung darah lengkap dan protein C-reaktif (CRP) serta analisis data menggunakan regresi logistik dan regresi linear. Persamaan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain penelitian dengan pendekatan *cross sectional* dan variabel independen yang sama. Perbedaan dalam penelitian ini adalah teknik sampling, teknik analisa data dan lokasi penelitian.