

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah periode antara anak-anak dan dewasa, remaja putri lebih rentan terkena anemia dari remaja laki-laki karena mereka sering menjalani diet untuk menjaga kesehatan. Perkembangan ini memengaruhi jumlah nutrisi yang diperlukan oleh remaja. Remaja putri memiliki kebiasaan makan yang buruk, yang sering menyebabkan kebutuhan zat besi mereka tidak terpenuhi. Sebagian besar remaja putri tidak memahami anemia dengan baik dan tidak memenuhi kebutuhan gizi seimbang, sehingga rentan terkena anemia pada remaja putri (Desnita Nada Safitri, Fauzul Munah, 2025).

Pengetahuan adalah hasil dari “tahu”, dan terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap sesuatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, serta raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh lewat mata dan telinga. Tanpa pengetahuan seseorang tidak memiliki dasar dalam pengambilan keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dialami (Astuti et al., 2025).

Sikap dapat diartikan sebagai kesiapan/kesediaan responden dalam bertindak tetapi belum melaksanakan. Proses ini tidak langsung terjadi dengan sendirinya, tetapi ada beberapa tahap salah satunya dengan proses belajar. Proses belajar ini terjadi karena pengalaman seseorang dengan objek tertentu, dengan menghubungkan pengalaman yang satu dengan pengalaman lainnya. Dengan banyaknya pengalaman yang diperoleh dapat membantu seseorang untuk menentukan sikap terhadap tindakan yang akan dia lakukan (Nuraina & Sulistyoningih, 2023).

Anemia yaitu suatu keadaan dimana kadar Hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin, pada wanita remaja hemoglobin normal adalah 12-15g/dl dan pria remaja 13-17 g/dl. Hematokrit, hemoglobin, dan jumlah eritrosit di bawah normal pada dasarnya merupakan satu-satunya indikator anemia (February et al., 2023).

Menurut data WHO (2021), prevalensi anemia pada wanita usia 15–49 tahun mencapai 29,9% pada tahun 2019. Data terbaru Kementerian Kesehatan

Republik Indonesia tahun 2024 melaporkan sekitar 32% remaja dengan usia 15–24 tahun terkena anemia. Angka tersebut banyak dialami oleh kelompok perempuan. Anemia gizi umum terjadi di seluruh dunia dengan perkiraan dua miliar penduduk kekurangan zat besi dengan rata-rata prevalensi sebanyak 40% di antara populasi umum yang mempengaruhi hampir dua pertiga wanita hamil dan setengah dari wanita yang tidak hamil yang tiga hingga empat kali lebih tinggi daripada negara maju, di mana prevalensi anemia berkisar antara 4% hingga 12% di kalangan wanita usia subur (Ilmawari et al., 2025).

Berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 pada remaja dengan rentang umur 15-24 tahun sebesar 15,5 % remaja mengalami anemia, dengan prevalensi remaja putri adalah 18%, sedangkan untuk remaja pria adalah 14,4%. Prevalensi anemia mengalami penurunan selama 5 tahun terakhir, tetapi dengan nilai 15,5% masih dinilai tinggi (Sri Nugraha Lestari et al., 2025).

Sekolah Keberbakatan Olahraga Flobamorata Kota Kupang merupakan sekolah khusus yang menggabungkan pendidikan akademik dengan pembinaan olahraga prestasi. Berbeda dengan sekolah menengah umum, siswi di SKO menjadi aktivitas fisik yang lebih tinggi dan terjadwal secara intensif setiap hari. Kondisi ini menyebabkan kebutuhan energi dan asupan zat gizi yang lebih tinggi dibandingkan remaja pada sekolah biasa.

Pada sekolah umum, resiko anemia relatif lebih rendah karena tingkat aktifitas fisik tidak seintensif di SKO. Oleh karena itu, siswi di SKO Flobamorata Kota Kupang memiliki resiko lebih tinggi mengalami anemia, yang dapat berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, kelelahan, serta penurunan performa olahraga.

Berdasarkan hasil skrining kadar hemoglobin awal yang dilakukan oleh puskesmas Oepoi pada bulan Februari 2026 menunjukkan hasil dari 95 siswi di Sekolah Keberbakatan Olahraga Flomorarata Kupang menunjukkan jumlah responden 95 orang. Dimana hasil skrining kadar hemoglobin menunjukkan 73 orang mengalami anemia.

Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Konsentrasi Belajar Tentang

Anemia Dengan Asupan Gizi (Protein, Zat Besi, Asam Folat Dan Vitamin C) Pada Remaja Putri Di Sekolah Keberbakatan Olahraga Flobamorata Kota Kupang”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Konsentrasi Belajar Tentang Anemia Dengan Asupan Gizi (Protein, Zat Besi Asam Folat Dan Vitamin C) Pada Remaja Putri Di Sekolah Keberbakatan Olahraga Kota Kupang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Konsentrasi Belajar Tentang Anemia Dengan Asupan Gizi (Protein, Zat Besi Asam Folat Dan Vitamin C) Pada Remaja Putri Di Sekolah Keberbakatan Olahraga Kota Kupang

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan pada remaja putri tentang anemia pada remaja putri di SKO Flobamoraata Kota Kupang
- b. Mengetahui sikap remaja putri tentang anemia di SKO Flobamoraata Kota Kupang
- c. Mengetahui asupan gizi (protein, zat besi, asam folat dan vitamin c) pada remaja putri di SKO Flobamorata Kota Kupang
- d. Mengetahui anemia pada remaja putri di SKO Flobamorata Kota Kupang
- e. Mengetahui hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SKO Flobamorata Kota Kupang
- f. Mengetahui hubungan Sikap dengan kejadian anemia pada remaja putri di SKO Flobamora Kota Kupang
- g. Mengetahui gambaran konsentrasi belajar dengan kejadian anemia pada remaja putri di SKO Flobamorata Kota Kupang
- h. Mengetahui hubungan asupan gizi (protein, zat besi, asam folat, dan vitamin c) pada remaja putri di SKO Flobamora Kota Kupang

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman pembaca,

khususnya dalam memahami tentang hubungan pengetahuan dan sikap mengenai anemia dengan asupan zat besi pada remaja putri.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan pengalaman dalam mempraktekan teori yang dipelajari saat di lapangan

3. Bagi Kemenkes Poltekkes Kupang

Sebagai referensi dan sumber bacaan bagi mahasiswa prodi gizi

E. Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Perbedaan	Persamaan
1	(Oktaviana et al., 2025)	Hubungan tingkat pengetahuan, status gizi dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri	1. Variabel dependen penelitian tersebut adalah kejadian anemia berdasarkan kadar Hb sedangkan penelitian ini menggunakan asupan zat besi sebagai variabel dependen. 2. Penelitian tersebut memasukan status sebagai variabel tambahan, sedangkan penelitian ini fokus pada faktor kognitif dan afektif (pengetahuan dan sikap).	Sama-sama meneliti remaja putri membahas anemia, menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain cross sectional
2	(Putri et al., 2022)	Asupan Protein, Zat Besi dan Status Gizi pada Remaja Putri	1. Tidak meneliti aspek pengetahuan dan sikap sebagai faktor yang mempengaruhi konsumsi. 2. Fokus utama pada status gizi, bukan faktor perilaku atau psikologis.	Sama-sama meneliti asupan zat besi pada remaja putri dan menggunakan pendekatan kuantitatif dalam analisis data.
3	(Awalinda et al., 2025)	Hubungan Asupan Zat Besi, Proten dan Kebiasaan Melewatkan Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri	Penelitian dilakukan pada sekolah umum, seperti sekolah dengan aktifitas fisik tinggi seperti Sekolah Keberbakatan Olahraga, Variabel dependen adalah kejadian anemia, bukan asupan zat besi sebagai outcome perilaku	Sama-sama meneliti asupan zat besi pada remaja putri dengan kuantitatif cross sectional.