

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah : Anemia merupakan salah satu masalah Nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih menyerang Indonesia. Tanpa mengenal batas usia dan jenis kelamin anemia dapat diderita oleh siapapun tanpa disadari. Anemia didefinisikan suatu keadaan kadar Hemoglobin (Hb) didalam darah lebih rendah dari pada nilai normal untuk kelompok umur dan jenis kelamin (Adriani, 2015). Di Indonesia terdapat empat masalah gizi yang utama yaitu Kurang Kalori Protein (KKP), Kurang Vitamin A (KVA), gondok endemik dan kretin serta anemia gizi (Bapelkes Salaman, 2000:161). Menurut *World Health Organization* (WHO) 2013, prevalensi anemia dunia sekitar 40 - 88%. Jumlah penduduk usia remaja 10 - 19 tahun sekitar 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan. Pada pria, hemoglobin normal adalah 14 - 18 gr % dan eritrosit 4,5 - 5,5 jt /mm³, sedangkan pada perempuan, hemoglobin normal 12 - 16 gr % dengan eritrosit 3,5 - 4,5 jt /mm³, remaja putri lebih rentan anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki. Itu disebabkan kebutuhan zat besi pada remaja perempuan 3 kali lebih besar dari pada remaja laki-laki.

Skala : Prevalensi anemia di dunia masih tinggi yaitu berkisar 40 - 88% dan remaja putri di Asia Tenggara yang menderita anemia sekitar 25 - 40% (WHO, 2011). Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia tahun 2016 sebesar 23,9% (Kemenkes, 2016), dan mengalami peningkatan jumlah anemia

pada remaja pada tahun 2018 di Indonesia sebesar 32%, ini artinya 3 - 4 dari 10 remaja menderita anemia. Sedangkan di Provinsi Jawa Timur didapatkan data sebanyak 22,7% angka kejadian anemia pada remaja putri (Riskesdas, 2018). Data tingginya anemia pada remaja putri juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Istiqomah (2016) yang menjelaskan bahwa sebanyak 78,5% remaja putri mengalami anemia (Istiqomah, 2016). Penelitian tersebut selaras dengan penelitian yang menjelaskan bahwa remaja putri yang mengalami anemia sebanyak 70% (Zubir, 2018). Penelitian lain yang mendukung adalah penelitian oleh Sulistyoningtyas, 2018 dengan judul Hubungan Kebiasaan Makan Cepat Saji dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Prodi DIV Bidang Pendidikan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta didapatkan dari 35 responden yang diteliti 63% jarang mengonsumsi makanan cepat saji. Dan 37% sering mengonsumsi makanan cepat saji. 65% mengalami anemia atau 23 responden, 12% tidak mengalami anemia sebanyak 12 responden. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 20 remaja putri di SMP Negeri Pragaan pada bulan Agustus 2022 didapatkan sebanyak 11 orang (55%) remaja yang mengalami anemia.

Kronologi : Anemia pada remaja dipengaruhi oleh faktor kehidupan, biologi, budaya, perilaku dan sosial (Prasetyawati, 2012). Secara umum tingginya prevalensi anemia gizi besi antara lain disebabkan oleh beberapa faktor yaitu: kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi tidak cukup, penyerapan yang tidak adekuat dan peningkatan kebutuhan akan zat besi (Arisman, 2004:145). Penyebab anemia paling umum terjadi adalah defisiensi zat besi. Kehilangan darah yang lama akibat penyakit infeksi akut dan kronis (diare, malaria, HIV). Diet yang tidak terkontrol untuk menurunkan berat badan, asupan zat gizi yang

kurang / tidak mencukupi dan hambatan absorpsi zat besi (Briawan, 2012). Penyebab lain bisa karena kekurangan gizi untuk pembentukan darah, misalnya zat besi, asam folat dan vitamin B¹² (Mangkuji, 2013). Ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. Remaja biasanya sangat memperhatikan bentuk tubuh, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makanan dan banyak pantangan terhadap makanan. Bila asupan makanan kurang maka cadangan besi banyak yang dibongkar. Keadaan seperti dapat mempercepat terjadinya anemia. (Kumalasari & Iwan, 2012). Kebiasaan makan yang sering terlihat pada remaja antara lain ngemil (biasanya makanan padat kalori). Melewatkan waktu makan terutama sarapan pagi, waktu makan tidak teratur, sering makan *fast food*, jarang mengonsumsi sayur dan buah ataupun produk peternakan (*dairy food*) serta diet yang salah pada remaja wanita. Hal tersebut dapat mengakibatkan asupan makanan tidak sesuai kebutuhan dan gizi seimbang akibatnya terjadi gizi kurang (Irianto, 2013).

Berbagai dampak akan terjadi pada remaja dengan makan banyak asal kenyang dengan tinggi lemak dan karbohidrat tanpa memperhatikan unsur gizi di dalamnya. Perilaku makan remaja tersebut dapat berdampak pada kesehatan remaja dengan timbulnya kasus gizi seperti kekurangan gizi serta kelebihan (Citerawati dkk, 2017). Anemia pada remaja putri juga berdampak pada prestasi belajar karena anemia dapat menurunkan konsentrasi dalam belajar dan menyebabkan cepat lelah pada remaja (Astiandani, 2015).

Solusi : Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri pada program tersebut adalah suplementasi zat besi atau Tablet Tambah Darah (TTD), memberikan asupan zat besi yang cukup ke dalam tubuh untuk

meningkatkan pembentukan hemoglobin (Kemenkes RI, 2016). Hasil Riset Kesehatan menunjukkan peningkatan prevalensi anemia pada remaja saat ini adalah sebanyak 48,9% sementara jumlah konsumsi tablet tambah darah < 52 butir sebesar 98,6% dan yang mengkonsumsi ≥ 52 butir sebesar 1,4%, data ini menunjukkan bahwa penerapan program TTD dikalangan remaja masih sangat rendah (Riskesdas, 2018). Pemberian Tablet Tambah Darah dapat di berikan kepada remaja putri usia 12 - 18 tahun di institusi Pendidikan seperti SMP atau SMA atau yang sederajat. Selain pemberian Tablet Tambah Darah, pola makan yang baik perlu dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi dan mengurangi resiko terjadinya anemia. Pola makan yang tidak sesuai akan menyebabkan asupan gizi berlebih atau sebaliknya, asupan berlebih dapat menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi, sebaliknya asupan makan kurang dari yang dibutuhkan akan menyebabkan tubuh menjadi kurus dan rentan terhadap penyakit tidak menular termasuk anemia (Sulistyoningsih, 2013). Pola menu seimbang terdiri dari beraneka ragam makanan dalam jumlah dan porsi yang sesuai, pemenuhan kebutuhan gizi untuk pemeliharaan dan perbaikan sel-sel tubuh yang rusak dalam proses kehidupan. Menu gizi seimbang apabila disusun dengan baik akan memenuhi kebutuhan semua zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh (Istiany dan Rusilanty, 2014). Pentingnya pola makan dalam pemenuhan gizi seimbang sebagai upaya menurunkan resiko anemia pada remaja putri didukung oleh penelitian yang dilakukan Utami (2019) menunjukkan hasil bawa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai p value < 0,05.

Berdasarkan masalah tersebut, maka diperlukan penelitian tentang “Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri Pragaan Sumenep Tahun 2022”.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri Pragaan Sumenep tahun 2022 ?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri Pragaan Sumenep tahun 2022.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi status gizi pada remaja putri di SMP Negeri Pragaan Sumenep tahun 2022.
2. Mengidentifikasi kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri Pragaan Sumenep tahun 2022.
3. Menganalisis hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri Pragaan Sumenep tahun 2022.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Sebagai bahan informasi perkembangan keilmuan tentang kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji remaja putri dan bagaimana hubungannya terhadap kejadian anemia pada remaja putri, serta diharapkan dapat menjadi masukan bagi petugas lahan praktek untuk meningkatkan kualitas pelayanan kepada pasien secara profesional.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Dinas Kesehatan Sumenep

Sebagai sumber informasi tentang kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji pada remaja putri dan dampaknya yaitu salah satunya adalah kejadian anemia, sehingga bisa direncanakan program-program penatalaksanaan dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik.

2. Bagi Penulis

Sebagai sarana untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji pada remaja putri serta bagaimana pengaruhnya terhadap kejadian anemia. Selain itu akan mampu memahami bagaimana proses rangkaian penelitian ilmiah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan acuan dan bahan pustaka untuk perbandingan dan proses pembelajaran untuk penelitian selanjutnya dengan meneliti variabel yang berbeda.

