

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan masalah kesehatan utama di masyarakat yang sering dijumpai di seluruh dunia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Kelainan tersebut merupakan penyebab disabilitas kronik yang berdampak besar terhadap kondisi kesehatan, ekonomi, dan kesejahteraan sosial. Penduduk dunia yang mengalami anemia berjumlah sekitar 30% atau 2,20 miliar orang dengan sebagian besar diantaranya tinggal di daerah tropis. Prevalensi anemia secara global sekitar 51% (Suryani, Hafiani, & Junita, 2015).

Anemia lebih sering terjadi pada remaja perempuan dibandingkan dengan remaja laki-laki. Hal ini dikarenakan remaja putri kehilangan zat besi (Fe) saat menstruasi sehingga membutuhkan lebih banyak asupan zat besi (Fe). Perilaku remaja putri yang mengkonsumsi makanan nabati lebih banyak mengakibatkan asupan zat besi belum mencukupi kebutuhan zat besi harian. Kebiasaan remaja putri yang ingin tampil langsing menjadikan remaja tersebut membatasi asupan makanan hariannya yang mengakibatkan remaja putri mudah terserang anemia (Triwinarni, Hartini, & Susilo, 2017).

Menurut WHO (2016), prevalensi anemia pada wanita usia subur mencapai 28,83%. Menurut Riskesdas (2013), proporsi anemia remaja sebesar 37,1% meningkat menjadi 48,9% dalam Riskesdas (2018), proporsi anemia tertinggi pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 84,6% dengan prevalensi anemia pada perempuan sebesar 22,70%.

Berdasarkan data Depkes RI, prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja putri di Indonesia yaitu 28%. Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2004 menyatakan bahwa prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja putri usia 10-18 tahun yaitu 57,1%. Sedangkan menurut hasil penelitian Priyanto (2018) menunjukkan bahwa presentase responden yang menderita anemia sebesar 83,90% dengan proporsi kelompok umur 17-18 tahun sebanyak 88,90% dan lebih besar terjadi pada siswa MTs yaitu sebesar 90,90%. Sedangkan pada hasil penelitian Prasetya (2019) terdapat sebanyak 4,7% siswi atau setara dengan 10 orang siswi dari 213 siswi yang menjadi sampel dan diperiksa kadar hemoglobin darahnya.

Remaja putri berisiko mengalami anemia, disebabkan oleh asupan gizi yang rendah dipicu oleh kebiasaan makan remaja yang tidak sehat. Pola makan remaja biasanya berbeda dengan kelompok umur lainnya, pengalaman baru, kegembiraan di sekolah, dan rasa takut terlambat sekolah akan menyebabkan para remaja sering menyimpang dari kebiasaan waktu makan. Ketidacukupan asupan zat gizi remaja, bukan hanya karena melewatkan waktu makan (terutama sarapan) tetapi juga karena sering mengonsumsi junk food (Akib dan Sumarmi, 2017).

Faktor terjadinya anemia disebabkan oleh faktor langsung dan tidak langsung. Faktor tidak langsung terkait sosial ekonomi seperti kurangnya tingkat pengetahuan yang akan mempengaruhi sikap dan kebiasaan makan, serta kemiskinan yang berdampak pada kemampuan (daya beli) dan ketersediaan makanan. Faktor langsung berhubungan dengan asupan makanan, rendahnya intake zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin seperti protein dan zat besi yang akan mempengaruhi sintesis ADN (eritrosit) dan produksi hemoglobin, vitamin C sebagai reduktor pembawa suasana asam yang mendukung efisiensi dan efektifitas penyerapan zat besi, serta vitamin A yang berfungsi membentuk kompleks dengan zat besi sehingga zat besi tetap larut di dalam lumen usus dan dapat diserap dengan mudah. Selain itu, kebiasaan konsumsi penghambat penyerapan zat besi seperti fitat, tanin, oksalat juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi kejadian anemia.

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan asupan makanan dan pengetahuan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan asupan makanan dan pengetahuan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan makanan dan pengetahuan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui asupan makanan pada remaja putri
- b. Mengetahui kejadian anemia gizi besi pada remaja putri
- c. Mempelajari hasil analisis hubungan asupan makanan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri
- d. Mengetahui pengetahuan anemia gizi besi pada remaja putri
- e. Mempelajari hasil analisis hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai referensi dan tambahan data spesifik tentang hubungan asupan makanan dan pengetahuan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan pertimbangan dalam penyusunan program pangan dan gizi, khususnya dalam pencegahan dan intervensi anemia gizi besi pada remaja putri.

1.5 Kerangka Pikir Penelitian



Gambar 1. Kerangka Pikir Penelitian