

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Memasuki era globalisasi yang ditandai dengan adanya persaingan pada berbagai aspek, diperlukan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas tinggi agar mampu bersaing dengan negara lain. Kesehatan dan gizi merupakan faktor manusia di suatu negara, yang digambarkan melalui pertumbuhan ekonomi, tingkat pendidikan dan masalah anemia.

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) di dalam darah lebih rendah dari pada nilai normal untuk kelompok umur dan jenis kelamin (Merryana Adriani, 2015).

Gizi merupakan salah satu faktor penentu untuk mencapai kesehatan yang prima dan optimal. Namun, masyarakat di Indonesia masih menghadapi beberapa masalah gizi, salah satu masalah kesehatan diseluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia (Choiriyah, 2015). Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja putri. Menurut *World Health Organization* (WHO) 2013, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Jumlah penduduk usia remaja (10-19 tahun) di Indonesia sebesar 26,2% yang terdiri dari 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan (Kemenkes, 2013).

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) di dalam darah lebih rendah dari pada nilai normal untuk kelompok umur dan jenis kelamin (Merryana Adriani, 2015). Penyebab anemia paling umum terjadi adalah defisiensi zat besi. Kehilangan darah yang menetap 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 (Dodik Briawan, 2012).

Remaja merupakan suatu tahap perkembangan dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa yang ditandai dengan sejumlah perubahan biologis, kognitif, dan emosional. Perubahan biologis yaitu penambahan tinggi badan, perubahan hormonal, dan kematangan seksual. Perubahan kognitif yang terjadi adalah meningkatnya berpikir abstrak, idealistik, dan logis. Perubahan sosioemosional meliputi tuntutan untuk mencapai kemandirian, konflik dengan orang tua dan keinginan untuk meluangkan waktu bersama teman sebaya (Muljati et al, 2016). Usia remaja menurut WHO adalah umur 10-19 tahun (WHO, 2012). WHO membaginya menjadi tiga stase, yaitu : 1. Remaja awal (10-14 tahun), 2. Remaja pertengahan (14-17 tahun), 3. Remaja akhir (17-21 tahun).

Menurut Almastier (2011), usia remaja merupakan usia rentan terhadap masalah gizi. Masalah gizi ini disebabkan karena remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi karena peningkatan pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi secara dramatis, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan remaja memengaruhi tingkat asupan dan keadaan kebutuhan gizinya. Remaja memiliki resiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia gizi besi. Hal itu terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Remaja putri memiliki resiko lebih tinggi terhadap anemia dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami menstruasi. Selain itu faktor lain yang berhubungan dengan terjadinya anemia defisiensi besi ini adalah pendidikan orang tua, pendapatan keluarga, pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia, tingkat konsumsi gizi, dan kejadian infeksi dengan kejadian anemia pada remaja putri (Wati, 2010).

Masalah anemia pada remaja putri akan mengakibatkan perkembangan motorik, mental dan kecerdasan terhambat, menurunnya prestasi belajar dan tingkat kebugaran, tidak tercapainya tinggi badan maksimal. Mencegah anemia pada remaja putri menjadi sangat penting, karena remaja putri akan hamil dan akan menghadapi banyak risiko pada saat melahirkan bayi dengan berat badan lahir bayi rendah, mengalami penyulitan pada saat melahirkan karena Rahim tidak

mampu berkontraksi dengan baik, pendarahan setelah persalinan yang sering berakibat kematian. Bila sejak remaja menderita anemia, saat hamil dan melahirkan bayinya juga akan mengalami anemia. Padahal zat besi sangat penting untuk perkembangan otak, akibatnya akan lahir bayi dengan kecerdasan dibawah rata-rata. Pada dasarnya asupan gizi memang tergantung gizi perorangan yang dipengaruhi oleh perilaku remaja putri dalam memperhatikan status gizinya (Kristianingsih, 2016).

Timbulnya anemia dapat disebabkan oleh asupan pola makan yang salah, tidak teratur dan tidak seimbang dengan kecukupan sumber gizi yang dibutuhkan tubuh diantaranya adalah asupan energi, asupan protein, asupan karbohidrat, asupan lemak, vitamin C dan yang terutama kurangnya sumber makanan yang mengandung zat besi, dan asam folat. Upaya penanggulangan masalah anemia pada remaja berkaitan dengan asupan makanan yang mengandung zat besi.

Menurut data hasil survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012. Prevalensi anemia di Indonesia sebanyak 75,9% pada remaja putri. Berdasarkan data Riskesdas 2013 proporsi anemia pada perempuan (23,9%) lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki (18,4%). Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 18,4% pada tahun 2013. Berdasarkan data Riskesdas 2018 proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki (20,3%). Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32% pada tahun 2018.

Provinsi Lampung tercatat sebagai peringkat pertama di wilayah Sumatera untuk jumlah penderita anemia remaja putri. Tingginya kejadian anemia pada siswi di Provinsi Lampung yaitu sebanyak 69,7% dengan defisiensi besi, angka itu lebih tinggi dari angka anemia gizi nasional yang hanya sekitar 63,3% (Dinkes Provinsi Lampung, 2016). Sedangkan angka kejadian anemia remaja (26,5%), wanita usia subur (WUS) (39,5%), pada ibu hamil (43,5%).

Dari latar belakang tersebut mengingat tingginya prevalensi anemia pada remaja yang memberikan efek negatif terhadap kesehatan tumbuh kembang remaja yang berdampak pada terganggunya kesehatan reproduksi yang memiliki dampak pada fertilitas dan daya tahan tubuh serta dapat menurunkan konsentrasi

belajar. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui “bagaimana faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menjelaskan kejadian anemia pada remaja putri
- b. Untuk menjelaskan hubungan asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri.
- c. Untuk menjelaskan hubungan asupan Vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri.
- d. Untuk menjelaskan hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri.
- e. Untuk menjelaskan hubungan kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia pada remaja putri.
- f. Untuk menjelaskan hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi tentang asupan zat besi, vitamin C, pengetahuan, kebiasaan minum teh dan pola makan memiliki pengaruh terhadap kejadian anemia remaja putri.

2. Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri sehingga bisa dijadikan bahan acuan kebijakan program penanggulangan anemia pada remaja putri

3. Bagi Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang penyebab anemia remaja putri serta pencegahannya.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penulisan ilmiah studi dengan mencari referensi teori dan jurnal yang berhubungan dengan tema yang penulis angkat. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Variabel penelitian ini yaitu tingkat pengetahuan, asupan zat besi, asupan vitamin C, pola makan dan kebiasaan minum teh.