

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan suatu kondisi dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Hemoglobin adalah suatu komponen dalam sel darah merah atau eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan mengantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. Oksigen juga diperlukan oleh jaringan tubuh untuk melakukan fungsinya. Kekurangan oksigen dalam jaringan tubuh dapat menyebabkan kurangnya konsentrasi dan kurang bugar dalam melakukan suatu aktivitas. Hemoglobin dibentuk dari gabungan protein dan zat besi yang membentuk sel darah merah/eritrosit. Anemia merupakan suatu gejala yang harus dicari penyebabnya dan penanggulangannya dilakukan sesuai dengan penyebabnya (Kemenkes RI, 2018a).

Berdasarkan data WHO (2020) prevalensi anemia di dunia pada wanita usia 15-49 tahun berkisar 29,9%. Sedangkan berdasarkan data SKI (2023), prevalensi anemia pada kelompok usia 15-24 tahun yaitu 15,5%. Di wilayah Sumatera, Provinsi Lampung menduduki peringkat pertama prevalensi anemia tertinggi yaitu sebesar 63% diantaranya dialami oleh remaja putri berusia 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2018b).

Deteksi anemia dapat dilakukan dengan cara memeriksakan kadar hemoglobin (Hb) atau dengan *Packed Cell Volume* (PCV). Deteksi dini melalui pemeriksaan kadar Hb pada remaja putri harus dilakukan secara rutin untuk pencegahan dan penanggulangan anemia karena dengan mengetahuinya sejak dini, penanganan penyakit dapat dilakukan dengan cepat dan tepat, sehingga dampak anemia pada remaja putri terutama pada kesehatan reproduksi dapat segera diatasi (Anggraeni, 2022).

Program penanggulangan anemia pada remaja putri penting dilakukan, karena remaja putri sebelum hamil harus mempersiapkan kondisi fisik yang baik agar siap menjadi ibu yang sehat, dan pada waktu hamil tidak menderita anemia. Anemia perlu diatasi sebab anemia dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga penderita anemia mudah terkena penyakit infeksi, dapat menurunkan kebugaran dan ketangkasan berpikir karena kurangnya oksigen ke sel otak dan selain itu juga dapat menurunkan prestasi belajar dan produktivitas kerja (Kemenkes RI, 2018a).

Anemia yang terjadi pada usia remaja dapat berlanjut hingga usia dewasa yang dapat berkontribusi besar pada angka kematian ibu dan bayi, bayi dapat lahir *premature* bahkan BBLR. Anemia dapat menimbulkan berbagai masalah serius pada remaja. Remaja yang menderita anemia akan mengalami gejala 5 L (Lesu, Letih, Lemah, Lelah, Lalai), disertai sakit kepala dan pusing, mata berkunang-kunang, mudah mengantuk, cepat capai serta sulit konsentrasi. Secara klinis penderita anemia ditandai dengan pucat pada muka, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan (Kemenkes RI, 2018a).

Oleh karena itu, pencegahan anemia pada remaja sangat penting untuk dilakukan, dikarenakan masih tingginya kasus anemia pada remaja putri. Terdapat beberapa faktor penyebab anemia pada remaja putri, diantaranya pola makan yang kurang baik, pola menstruasi, kurangnya asupan energi, protein, zat besi, dan juga asupan vitamin C (Kemenkes RI, 2018a).

Status gizi (*nutrition status*) dapat dijadikan sebagai ekspresi dari keadaan keseimbangan antara konsumsi, penyerapan zat gizi, dan penggunaan zat-zat gizi tersebut. Hal ini sebanding dengan penelitian yang dilakukan oleh (Indrawatiningsih, et.al., 2021) pada remaja putri yang mengikuti kegiatan Posyandu Remaja Desa Sidomakmur. Hasil analisis menunjukkan bahwa status gizi merupakan variabel yang sangat mempengaruhi terhadap status anemia (p value:0,000) yaitu memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Kekurangan zat gizi makro seperti energi dan protein, serta kekurangan zat gizi mikro seperti zat besi (Fe) dan vitamin C merupakan salah satu dari unsur gizi, sebagai komponen pembentukan Hb atau sel darah merah. Hal ini sesuai dengan hasil

penelitian Trisnasari (2023), dimana hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara tingkat konsumsi Fe ($p= 0,000$; $rs= 0,637$), vitamin C ($p= 0,000$; $rs= 0,693$), protein ($p= 0,002$; $r= 0,425$) dengan status anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Sawan 1 Kabupaten Buleleng. Begitu juga sebanding dengan penelitian Supriadi, Budiana, dan Jantika (2022), Hasil analisis data menunjukkan terdapat hubungan antara asupan energi dengan kejadian anemia ($p= 0.018$), dan terdapat hubungan asupan vitamin C dengan kejadian anemia ($p= 0.007$).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa kesehatan banyak yang mengalami masalah gizi. Mahasiswi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta menurut hasil penelitian Kharin, Widaryati, & Prihatiningsih (2023) mengalami kejadian anemia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 89 responden mahasiswi yang mengalami anemia sebanyak 58 (65,2%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 31 (34,8%). Kemudian dari penelitian Sholikhah, Mustar, & Hariyanto (2021), hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi anemia di kalangan mahasiswi sebesar 26,1% dan terdapat hubungan yang signifikan ($P=0,040$) antara kejadian anemia terhadap prestasi belajar mahasiswi berdasarkan indeks prestasi akademik. Dan pada penelitian Listiana & Jasa (2022) yang dilakukan terhadap 26 mahasiswi tingkat 1 prodi DIII Kebidanan STIKes Panca Bhakti Lampung, terdapat (73,1%) anemia sedangkan yang tidak (26,9%).

Penelitian ini berfokus pada kelompok mahasiswi tingkat akhir karena dianggap memiliki beban yang lebih berat dibandingkan dengan tahun pembelajaran sebelumnya, karena tuntutan akademik dan non akademik yang dapat mempengaruhi asupan gizi. Terutama untuk Jurusan Gizi yang dianggap lebih mengetahui cara menjaga pola hidup yang sehat, dan juga seharusnya dapat menerapkan ilmu yang sudah didapat pada masyarakat terkhusus diri sendiri.

Di samping itu, penelitian yang membahas masalah anemia pada remaja mahasiswa juga masih terbatas bila dibandingkan dengan penelitian sejenis yang dilakukan pada ibu hamil, wanita, dan anak-anak. Hal ini sangat disayangkan, mengingat remaja adalah generasi emas yang nantinya akan menjadi penerus bangsa. Oleh sebab itu, dilakukan penelitian ini untuk mengetahui prevalensi anemia, status

gizi, dan asupan gizi pada mahasiswa tingkat akhir program studi Gizi program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang tahun 2024.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang tersebut, peneliti merumuskan masalah “Bagaimana Gambaran Kejadian Anemia, Status Gizi, dan Asupan Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Gizi Program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang Tahun 2024?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kejadian anemia, status gizi, dan asupan gizi mahasiswa tingkat akhir program studi Gizi program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui status anemia pada mahasiswa tingkat akhir program studi Gizi program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang tahun 2024
- b. Ditentukan status gizi pada mahasiswa tingkat akhir program studi Gizi program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang tahun 2024
- c. Diketahui asupan energi pada mahasiswa tingkat akhir program studi Gizi program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang tahun 2024
- d. Diketahui asupan protein pada mahasiswa tingkat akhir program studi Gizi program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang tahun 2024
- e. Diketahui asupan zat besi (Fe) pada mahasiswa tingkat akhir program studi Gizi program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang tahun 2024

- f. Diketahui asupan vitamin C pada mahasiswi tingkat akhir program studi Gizi program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi bagi tenaga kesehatan maupun mahasiswa tentang kejadian anemia dan masalah gizi, serta sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya. Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan pengembangan serta sumber pustaka tentang anemia, status gizi, asupan energi, protein, zat besi, serta vitamin C.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk memperoleh data terkait status anemia, status gizi, dan asupan energi, protein, zat besi, serta vitamin C sehingga menjadi landasan dan bahan evaluasi bagi mahasiswa program studi Gizi program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang agar dapat melakukan pencegahan anemia sedini mungkin. Dan bagi mahasiswa yang telah terkena anemia agar dapat melakukan penanggulangan terhadap penurunan kadar hemoglobin serta dapat merubah kebiasaan makan secara baik.

b. Bagi Institusi

Sebagai bahan masukan untuk meningkatkan pemberian tablet tambah darah dalam upaya penanggulangan anemia pada mahasiswi dan juga dalam meningkatkan pelayanan pemeriksaan kadar hemoglobin. Agar dapat melakukan pencegahan anemia sedini mungkin pada generasi emas yang nantinya akan menjadi penerus bangsa. Selain itu hasil dari penelitian ini dapat menjadi data untuk melihat rata-rata status gizi mahasiswi Jurusan Gizi.

E. Ruang Lingkup

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian “Gambaran Kejadian Anemia, Status Gizi, dan Asupan Gizi Mahasiswi Program Studi Gizi Program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang Tahun 2024” adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia dan melihat gambaran anemia pada mahasiswi tingkat akhir program studi Gizi program Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang tahun 2024. Dengan melakukan langkah-langkah seperti: *Point of Care Test* (POCT), pengukuran tinggi badan dan berat badan, serta *food recall* selama 2x24 jam. Variabel yang digunakan adalah status anemia, status gizi, asupan energi, protein, zat besi, serta vitamin C. Dengan jumlah sampel sebanyak 44 orang yang merupakan mahasiswi tingkat akhir jurusan DIII Gizi tahun 2024, sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *systematic random sampling*.