

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Prevalensi anemia secara global sebesar 33% pada wanita usia 15-49 tahun dan sepertiga wanita usia produktif mengalami anemia pada tahun 2016 (Food and Agriculture Organization, 2017). Pada tahun 2019, prevalensi anemia usia produktif di Indonesia termasuk dalam kategori sedang serta mengalami peningkatan setiap tahunnya (World Health Organization, 2020b). Sementara itu, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, besaran masalah anemia pada gravida mengalami eskalasi dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018 dengan 84,6% berusia 15-24 tahun.

Anemia merupakan kondisi tubuh ketika kuantitas eritrosit inadekuat untuk memenuhi keperluan fisiologis tubuh seorang individu. Penyebab dari anemia bertingkat dari akar masalah, penyebab utama, penyebab tidak langsung hingga langsung (World Health Organization, 2020a). Penyebab langsung terjadi anemia adalah keadaan menstruasi, kejadian penyakit infeksi, kebiasaan makan seperti asupan yang tidak sesuai dengan kebutuhan dan cenderung kurang pada vitamin C, zat besi, dan protein, rutinitas minum kopi dan teh serta pemilihan makanan (Budiarti et al., 2020; Listiana, 2016).

Anemia diklasifikasikan berdasarkan ukuran dan warna dari selnya. Anemia paling umum disebabkan oleh kekurangan zat gizi besi yang memengaruhi produksi dari sintesis hemoglobin, produksi, kelangsungan hidup, warna pucat dan ukuran yang kecil dari sel darah merah sehingga diklasifikasikan sebagai Mikrositik (anemia defisiensi gizi besi) (Mahan & Raymond, 2017; WHO, 2011). Anemia kekurangan gizi besi dapat disebabkan oleh pemenuhan makanan yang tidak memadai karena kebiasaan makan yang tidak sehat, peningkatan kejadian kehilangan zat gizi (seperti kehilangan darah disebabkan parasite, perdarahan akibat persalinan, atau menstruasi tingkat berat), gangguan absorpsi sehingga rendahnya faktor yang membantu penyerapan vitamin B12, konsumsi sumber fitat yang tinggi, atau infeksi), atau metabolisme zat gizi yang berubah seperti

defisiensi riboflavin yang memengaruhi pergerakan cadangan Fe). Wanita dan pria pada usia yang sama mempunyai konsentrasi hemoglobin yang berbeda sejak dimulainya masa remaja hingga dewasa. Konsentrasi hemoglobin pada wanita lebih rendah daripada pria yang disebabkan oleh efek hormon reproduksi (estrogen dan androgen) pada eritropoiesis dan menstruasi. Kebutuhan zat besi dalam kehilangan darah ketika menstruasi berhubungan dengan kebutuhan dalam peningkatan massa hemoglobin yang bersamaan dengan masa pertumbuhan. Kehilangan darah akibat menstruasi pada remaja putri dapat menyebabkan defisiensi mineral Fe serta anemia kekurangan zat gizi besi pada wanita usia produktif (Chaparo & Suchdev, 2019; Harlow & Campbell, 2004; Murphy, 2014).

Ketika hamil, calon ibu yang merupakan remaja putri yang menderita anemia berisiko mengalami anemia. Masalah gizi anemia defisiensi zat gizi besi yang dialami oleh remaja putri berdampak terhadap perkembangan maupun pertumbuhan menjadi tertunda, kerentanan yang meningkat terhadap infeksi yang disebabkan oleh menurunnya sistem kekebalan tubuh, penurunan kinerja dan daya tahan fisik sehingga terjadi penurunan kebugaran dan prestasi belajar. Sedangkan, pada wanita yang sedang mengalami kehamilan, anemia dapat meningkatkan risiko, bayi partus prematur, berat badan lahir rendah pada bayi, dan kematian ibu serta bayi. (Brown, 2011; Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Pencegahan masalah gizi besi dapat dicegah dengan memperbaiki setiap faktor yang memengaruhinya seperti kebiasaan makan. Kebiasaan makan seorang remaja dipengaruhi oleh kehidupan sosial, lingkungan, *peer group*, dan kegiatan yang berada di luar rumah. Konsumsi makanan meliputi jumlah, jenis, distribusi, frekuensi dan pemilihan makanan juga berkaitan dengan kebiasaan makan pada remaja (Almatsier et al., 2011; Aritonang, 2011). Kebutuhan gizi pada remaja putri khususnya pada zat besi meningkat disebabkan oleh periode masa bertumbuh individu yang pesat sehingga terjadi peningkatan dalam produksi darah, massa otot serta jaringan lainnya (World Health Organization, 2020). Kebutuhan zat besi umumnya sulit terpenuhi yang disebabkan oleh sumber pangan *food taboos* yang sebagiannya berasal dari hewan dengan kandungan zat besi yang memiliki bioavailabilitas heme yang tinggi. Zat besi dengan bioavailabilitas yang tinggi banyak bersumber dari hewan yang juga berperan

sebagai jenis makanan bersumber protein (World Health Organization, 2020). Protein sebagai salah satu zat gizi makro mengambil peran dalam merepresentasikan status gizi, status gizi yang baik merepresentasikan keseimbangan energi yang masuk dan keluar (Thamaria, 2017). Elmoslemany *et al.* (2019) menyatakan bahwa remaja putri dengan karakteristik status gizi kurang memiliki kecenderungan mengalami anemia dipadankan dengan yang memiliki berkarakteristik normal dan lebih.

Dalam penelitian sebelumnya, Enggardany *et al.* (2021) dan Janah *et al.* (2021) menyatakan bahwa Indeks Massa Tubuh (IMT) dan anemia memiliki hubungan, nilai status gizi remaja putri kategori kurus cenderung mengalami anemia. Ni'matush *et al.* (2019) menyatakan bahwa ditemukan hubungan yang signifikan antara asupan protein dan Fe dengan kejadian anemia. Namun, dalam Pradian dan Aminah (2021), status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri tidak memiliki hubungan serta menurut Lewa (2016), kejadian anemia pada remaja putri tidak memiliki hubungan dengan asupan protein, asupan zat besi dan vitamin C. Penelitian – penelitian tersebut dilakukan pada remaja putri pada lingkup sekolah dan perguruan tinggi. Penelitian terkait kejadian anemia yang dilaksanakan di pedesaan pada remaja putri masih rendah.

Desa Sirnagalih bertempat di Kecamatan Jonggol, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara, Desa Sirnagalih belum memiliki data terkait anemia pada remaja putri dan rendahnya penelitian pada wilayah tersebut. Di Indonesia, tindak preventif telah dilaksanakan ke sasaran remaja putri dengan konsep *blanket approach* melalui Unit Kesehatan Sekolah. Namun, kejadian anemia pada sasaran tersebut tergolong sedang (*moderate*) dan masih meningkat setiap tahunnya berpotensi menuju golongan berat (*severe*). Hal ini memiliki potensi yang merugikan bangsa sehingga patut diberantas dengan baik. Studi ini dilaksanakan untuk mengetahui beberapa determinan yang memengaruhi kejadian anemia agar dapat disusunnya sebuah pembaharuan hingga perbaikan dari tindak preventif hingga kuratif yang lebih dini. Sehubungan dengan hal tersebut, penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis hubungan kebiasaan makan dan IMT/U dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sirnagalih, Kecamatan Jonggol, Kabupaten Bogor.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data WHO tahun 2020 untuk negara Indonesia yang menyatakan terjadinya peningkatan setiap tahunnya pada status anemia masyarakat serta timbulnya berbagai dampak negatif dalam jangka waktu pendek dan panjang, maka penelitian mengenai anemia pada remaja putri perlu untuk dilakukan. Selain itu, penelitian terdahulu masih rendah dilaksanakan pada lingkup pedesaan dengan kondisi pandemi. Berdasarkan wawancara dengan Tenaga Pelaksana Gizi Puskesmas setempat, kondisi pandemi Covid-19 yang menghimbau pembelajaran secara daring menghambat penyaluran tablet tambah darah ke tiap sekolah sehingga asupan terkait zat besi hanya berasal dari asupan harian saja. Pada penelitian ini, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan kebiasaan makan dan IMT/U dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sirnagalih.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kebiasaan makan dan IMT/U dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sirnagalih, Kecamatan Jonggol, Kabupaten Bogor.

I.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik individu remaja putri berdasarkan usia dan status anemia.
- b. Mengetahui gambaran IMT/U pada remaja putri di Desa Sirnagalih.
- c. Mengetahui gambaran kebiasaan makan (asupan protein, zat besi dan vitamin C serta frekuensi konsumsi zat *enhancer* Fe dan zat inhibitor Fe pada remaja putri di Desa Sirnagalih.
- d. Menganalisis hubungan IMT/U dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sirnagalih.

- e. Menganalisis hubungan kebiasaan makan (asupan zat protein, zat besi dan vitamin C serta frekuensi konsumsi zat *enhancer* Fe dan zat inhibitor Fe) dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sirnagalih.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Remaja putri di Desa Sirnagalih mampu meningkatkan kepedulian pada kesehatan khususnya gizi serta masalah gizi yaitu anemia dan determinan yang berhubungan dengan kejadian tersebut.

I.4.2 Bagi Masyarakat

Mampu meningkatkan wawasan masyarakat terkait anemia dan pencegahannya, pentingnya kebiasaan makan dan pemantauan berat badan berkala dengan kejadian anemia.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Mampu menjadi referensi terkait hubungan kebiasaan makan dan IMT/U dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sirnagalih, Kecamatan Jonggol, Kabupaten Bogor.