

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Anemia merupakan gangguan kesehatan di mana jumlah sel darah merah (eritrosit) atau hemoglobin (Hb) tidak mencukupi untuk mengangkut oksigen secara efisien ke seluruh jaringan tubuh (Astuti et al., 2018). Kekurangan zat besi dalam darah menyebabkan anemia defisiensi besi. Ini adalah jenis anemia yang paling umum dan lebih sering terjadi pada remaja dan wanita pramenopause (Sumarno & Pambudi, 2014). Seorang wanita dikatakan anemia jika memiliki kadar hemoglobin < 12 g/dL dan kadar eritrosit < 37 g/dL (Ikhsan Soebroto, 2009). Remaja didefinisikan sebagai orang berusia 10 hingga 19 tahun oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Remaja diklasifikasikan oleh Permenkes No. 25/2014 sebagai penduduk yang memiliki rentang usia 10 hingga 18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) wanita muda memiliki jarak usia 10 hingga 24 tahun dan belum berkeluarga. Kelompok usia wanita muda menyumbang sekitar 20% dari seluruh populasi (Menkes, 2018).

Dunia mengalami masalah kesehatan yang paling kritis yaitu anemia. WHO (World Health Organization) memperkirakan jika anemia mempengaruhi antara 40 hingga 88 persen wanita muda (WHO, 2010). Kementerian Kesehatan RI melaporkan bahwa angka anemia nasional pada tahun 2013 sebesar 21,70% pada semua kelompok umur, dengan kejadian yang lebih tinggi pada wanita (23,90%) dibandingkan pria (18,40%) (Kemenkes RI, 2013). Prevalensi remaja perempuan wanita muda lebih umum daripada pria muda, sebab wanita alami menstruasi tiap bulan sehingga mereka lebih mungkin terkena anemia. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013, peristiwa anemia di Indonesia yaitu sebesar 22,7% dengan pengidap anemia pada rentang umur 5 hingga 14 tahun sebesar 26,4% dan rentang umur 15 hingga 24 tahun mencapai 18,4% (Riskesdas, 2013). Setelah itu, prevalensi anemia pada wanita muda naik jadi 48,9% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Menurut

Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2017 peristiwa anemia pada wanita muda yaitu sebesar 34,5% (Profil DinKes Kota Depok 2017).

Anemia pada remaja bisa dikarenakan oleh penyebab seperti status gizi, konsumsi pangan sumber zat besi dan vitamin C yang kurang, siklus menstruasi, Body Image, dan pengetahuan gizi (Martini, 2015). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dan Organisasi Kesehatan Dunia mendefinisikan status gizi sebagai keadaan tubuh yang diukur atau dilihat melalui asupan zat gizi yang berasal dari makanan dan keseimbangan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Malnutrisi, nutrisi normal, dan hipernutrisi adalah tiga kategori status gizi. (Almatsier, 2009).

Status gizi remaja menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya anemia. Konsep status gizi menurut Par'i mendefinisikan bagaimana tubuh menggunakan nutrisi yang di peroleh dari makanan dan minuman yang di makan untuk mempertahankan kondisi tubuh. (M. Par'i et al., 2017). Sedangkan menurut Hafiza, status gizi dapat menjadi tolak ukur keberhasilan seseorang dalam memenuhi asupan dan penggunaan zat gizi (Hafiza et al., 2021). Studi oleh Linda tahun 2018 menemukan kaitan antara status kesehatan berupa gizi dengan peristiwa anemia pada remaja, menunjukkan odds ratio 4,2 dan p-value 0,002. Wanita muda yang kekurangan nutrisi 4x lebih mungkin terkena anemia (Suryani et al., 2018).

Zat gizi mikro berupa zat besi (Fe) adalah zat gizi yang berpengaruh pada kejadian anemia. Ketika seseorang mendekati pubertas, tubuh mengalami perkembangan pesat, yang meningkatkan kebutuhan tubuh akan zat besi. Zat besi dibutuhkan oleh tubuh untuk aktivitas fisiologis seperti produksi sel darah merah dan aktivitas enzim. Wanita memiliki kebutuhan zat besi yang tinggi dibanding lelaki. Penggantian zat besi diperlukan sepanjang siklus menstruasi bulanan (Fadila Putri & Risca Fauzia, 2022). Studi oleh Cynthia pada tahun 2019 menemukan substansial antara konsumsi zat besi dengan kadar hemoglobin ($p = 0,000$ dan $R = 0,635$). Studi tersebut menemukan bahwa ketika pasien mengkonsumsi lebih banyak zat besi, kadar hemoglobin mereka meningkat, lalu berpotensi menurunkan risiko anemia (Almaratus Sholicha & Muniroh, 2019).

Siklus menstruasi merupakan faktor lain yang berkontribusi terhadap prevalensi anemia pada wanita muda. Siklus menstruasi didefinisikan sebagai waktu antara awal periode menstruasi sebelumnya dan awal berikutnya (Fil Ilmi et

al., 2019). Anemia dapat diperparah dengan anomali menstruasi seperti siklus yang lebih panjang dan darah berlimpah saat menstruasi. (Kemenkes RI, 2018). Studi yang dilakukan oleh Nofianti tahun 2021 menemukan hubungan (p -value = 0,001) antara siklus menstruasi dengan peristiwa anemia pada wanita muda. Studi tersebut menghasilkan OR sebesar 36,08. Hal ini berarti bahwa wanita muda dengan siklus menstruasi tidak teratur memiliki kemungkinan 36,08x terkena anemia (Nofianti et al., 2021).

Persepsi citra tubuh atau body image pada remaja juga merupakan salah satu faktor terjadinya anemia. Citra tubuh atau Body image menurut Germov & Williams memiliki arti yaitu persepsi seseorang mengenai berat badan dan bentuk tubuhnya (Germov J et al., 2004). Remaja putri biasanya memiliki ketertarikan untuk memiliki badan yang langsing dianggap sebagai body image negatif atau ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh aktual (Nur Insani, 2022). Persepsi body image negatif tidak hanya terjadi pada seseorang dengan status gizi lebih atau kurang tetapi dapat terjadi juga pada seseorang yang memiliki status gizi normal. Remaja yang memiliki body image biasanya akan membatasi asupan makanan sehingga dapat mencapai bentuk tubuh yang diinginkan (Syahrir N et al., 2013). Studi oleh Rina & Supriati pada tahun 2022 menemukan hubungan antara body image dengan peristiwa anemia pada wanita muda dengan p value = 0,000 ($p < 0,05$). Hasil analisis didapatkan hasil OR = 40,0 yaitu remaja putri dengan body image negatif memiliki peluang 40 kali lebih tinggi mengalami anemia dibanding remaja dengan body image positive (Marlina Hutahut & Supriati, 2022).

Kejadian anemia pada remaja juga dapat terjadi karena kurangnya pemahaman terkait gizi seimbang. Remaja yang berpengetahuan dapat membuat pilihan makanan yang sehat dan baik serta memahami pentingnya makanan dalam gizi, kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan. Gangguan makan yang sering muncul pada orang dewasa dapat dihindari dengan pemahaman gizi sejak dini (Almatsier, 2011). Studi oleh Safitri tahun 2019 menyatakan keterkaitan pemahaman gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan hasil p -value = 0,035 ($p < 0,5$) (Safitri & Maharani, 2019).

Anemia memiliki dampak negatif pada kesehatan reproduksi, perkembangan atletik dan mental, IQ, pencapaian pendidikan, tingkat kebugaran fisik, dan

pencapaian tinggi badan maksimal pada wanita muda. Menurut penelitian Asian Development Bank (ADB), anak-anak dengan anemia mungkin kehilangan 6-7 poin dalam kapasitas intelektualnya. (Asian Development Bank, 2012). Ketika wanita yang mengalami anemia memasuki masa kehamilan akan timbul masalah kehamilan dan persalinan, kelahiran dini, berat badan bayi lahir rendah (BBLR), serta kematian ibu dan anak (Kemenkes, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahulu yang telah dilakukan di pondok pesantren Al-Hidayah Kota Depok pada tahun 2023 ditemukan sebanyak 27 dari 102 santri mengalami anemia (26,5%). Kemudian pada salah satu sekolah di daerah kota Depok pada tahun 2019, ditemukan sebanyak 109 remaja mengalami anemia dari total keseluruhan responden sebanyak 172 orang atau didapatkan prevalensi kejadian anemia sebesar 63,4% (Simanungkalit & Simarmata, 2019). Sedangkan prevalensi menurut DinKes Kota Depok, kejadian anemia juga terbilang masih cukup tinggi. Melihat peristiwa tersebut, peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan sebuah riset yang dapat digunakan untuk menemukan serta menganalisis korelasi antara faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada santriwati di Pondok Pesantren Al-Hidayah, kota Depok.

I.2 Rumusan Masalah

Anemia adalah masalah kesehatan global dengan konsekuensi kesehatan yang negatif. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, anemia mempengaruhi hingga 1,5 miliar wanita usia subur secara global, dengan kasus terbanyak terjadi di negara berkembang seperti Indonesia. Menurut statistik RisKesDas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia mengalami kenaikan dari 37,1% menjadi 48,9% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Menurut Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2017, anemia diderita oleh 34,5% remaja putri. Hal ini berarti prevalensi anemia di Indonesia lebih tinggi dari kriteria prevalensi anemia nasional yang kurang dari 20% (Banu Adikara, 2021).

Wanita muda adalah umur yang rentan mengalami kejadian anemia. Anemia pada remaja dapat menimbulkan efek negatif seperti menurunkan kemampuan aktivitas serta menurunkan prestasi belajar. “Faktor-faktor apa sajakah yang berhubungan dengan kejadian anemia pada santriwati di Pondok Pesantren Al-

Hidayah Kota Depok tahun 2023?” adalah rumusan masalah yang diangkat pada penelitian ini.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui dan menganalisis hubungan status gizi, konsumsi makanan sumber zat besi, makanan sumber vitamin C, siklus menstruasi, *body image*, dan pengetahuan gizi terhadap kejadian anemia pada santriwati Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Al-Hidayah Kota Depok Tahun 2023.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Melihat karakteristik wanita muda yang terkena anemia di Pesantren Al-Hidayah Kota Depok tahun 2023.
- b. Melihat gambaran mengenai status anemia, status gizi, frekuensi konsumsi makanan sumber zat besi (fe) dan vitamin C, siklus menstruasi, *body image*, dan pengetahuan gizi santri di Pesantren Al-Hidayah Kota Depok tahun 2023.
- c. Mengulas kaitan status gizi, frekuensi konsumsi pangan sumber fe, pangan sumber vitamin C siklus menstruasi, *body image*, dan pengetahuan gizi menstruasi pada santriwati di Pesantren Al-Hidayah Kota Depok tahun 2023.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Temuan ini bisa dimanfaatkan untuk mengedukasi responden tentang penyebab dan akibat anemia. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi motivasi bagi remaja putri untuk menjaga dan memperhatikan pola makan yang baik seperti membiasakan diri mengonsumsi makanan sumber fe dan vitamin C sesuai kebutuhan dan menjaga status gizi tetap normal atau seimbang. Selain itu memberikan motivasi kepada remaja terkait dampak citra tubuh dan pengetahuan gizi terhadap kejadian anemia pada remaja.

I.4.2 Bagi Pesantren Al-Hidayah Kota Depok

Dapat digunakan sebagai rekomendasi perbaikan pada perubahan pola makan yang baik, perbaikan status gizi, dan lebih memperhatikan siklus menstruasi untuk mendeteksi kejadian anemia. Kemudian lebih memperhatikan terkait citra tubuh santriwati dan tingkat pengetahuan mengenai gizi pada santriwati di Pesantren Al-Hidayah Kota Depok.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Temuan ini dapat menjadi referensi bagi ilmu pengetahuan dan dapat menjelaskan kaitan antara etiologi anemia dan prevalensi anemia pada wanita muda di pondok pesantren Al-Hidayah, Kota Depok.