

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Berdasarkan profil remaja tahun 2021, sebanyak 46 juta penduduk Indonesia adalah kelompok usia remaja yang mengalami perubahan biologis dan fisiologis sehingga terjadi peningkatan kebutuhan gizi signifikan untuk menunjang pertumbuhan (IDAI, 2013; UNICEF, 2021). Remaja putri merupakan kelompok dengan gaya hidup dan pola makan yang tidak baik, hal ini berkaitan dengan faktor perilaku yang ingin tampil langsing sehingga membatasi asupan makanan untuk menjaga bentuk tubuh. Kebiasaan begadang dan penerapan diet tidak sehat menyebabkan kurangnya asupan zat gizi yang memengaruhi metabolisme zat besi dan pembentukan hemoglobin, sehingga dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan anemia (Dewi, 2018; Sitanggang, 2019).

Umumnya, kejadian anemia disebabkan oleh defisiensi zat besi dalam tubuh. Berdasarkan data WHO, ditemukan 29,9% wanita usia subur (WUS) yang mengalami anemia di dunia (WHO, 2021). Di Indonesia, terjadi peningkatan prevalensi anemia pada tahun 2018 dari 26,4% menjadi 26,8% pada anak berusia 5-14 tahun dan dari 18,4% menjadi 32% pada remaja berusia 15-24 tahun. Kejadian anemia lebih banyak ditemukan pada kelompok perempuan (27,2%) daripada kelompok laki-laki (20,3%) (Kemenkes RI, 2019a, 2013). Tingginya prevalensi anemia pada perempuan berkaitan dengan siklus menstruasi yang dialami setiap bulan sehingga memungkinkan tubuh kehilangan lebih banyak zat besi (Khairani, 2019). Survei yang dilakukan Dinas Kesehatan Kota Serang pada tahun 2018 menunjukkan terdapat 92 persen dari 1280 remaja putri usia sekolah menderita anemia defisiensi besi dan hanya terdapat 98 remaja putri dengan status hemoglobin normal (Paurina dan Masluroh, 2022).

Prevalensi kejadian anemia yang terus meningkat dapat dicegah dan ditanggulangi dengan penerapan pedoman gizi seimbang, fortifikasi zat besi pada bahan makanan, suplementasi TTD untuk meningkatkan asupan zat besi, serta pengobatan penyakit penyerta seperti cacangan, kurang energi kronik (KEK),

HIV/AIDS, tuberkulosis (TBC), dan malaria (Kemenkes RI, 2018, 2022b). Pemberian TTD kepada remaja putri disalurkan oleh setiap puskesmas ke sekolah-sekolah yang terletak di wilayah kerjanya. Kegiatan ini dilakukan setiap satu bulan sekali dengan memberikan empat tablet yang dikonsumsi setiap minggu sekali (Savitri et al., 2021).

Kejadian anemia yang tidak ditangani pada kelompok remaja putri dapat menyebabkan penurunan sistem imun, hal tersebut dapat meningkatkan risiko infeksi (NHS, 2023). Penurunan prestasi belajar juga dapat dialami akibat kurangnya distribusi oksigen ke sel otak dan otot sehingga terjadi gangguan konsentrasi dan ketangkasan berpikir. Selain itu, terjadi pertumbuhan tinggi badan yang tidak maksimal pada fase puncak pertumbuhan tinggi badan (*peak height velocity*) akibat kurangnya asupan mikronutrien. Dampak jangka panjang anemia yang tidak ditangani dapat berpengaruh pada fase mengandung dan melahirkan sehingga dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, perdarahan saat dan setelah melahirkan, BBLR, dan peningkatan angka kematian ibu (AKI) (Kemenkes RI, 2022a, 2018; Rahayu, 2019). Menurut WHO, anemia disebabkan karena kurangnya asupan zat gizi, penyakit infeksi, *hemoglobinopathy*, dan menstruasi (WHO, 2017). Hasil penelitian terdahulu juga menyatakan bahwa kejadian anemia dapat dipengaruhi oleh pola makan, tingkat pengetahuan, penyakit infeksi, tingkat ekonomi, dan status gizi (Kemenkes RI, 2018; Muhayati dan Ratnawati, 2019; Nurrahman et al., 2020).

Kesalahan penerapan pola makan yang tidak memerhatikan keteraturan frekuensi makan dan asupan zat gizi tidak seimbang yang mencakup asupan makronutrien seperti protein dan lemak serta mikronutrien seperti zat besi, vitamin C dan B12, asam folat, dan zink berpengaruh terhadap peningkatan prevalensi kejadian anemia. Selain itu, mengonsumsi zat inhibitor seperti kandungan fitat, tanin, oksalat, dan zat kapur atau kalsium juga berkaitan pada kejadian anemia karena dapat menghambat absorpsi zat besi dalam tubuh (Damanik et al., 2019; Listiana, 2016; Masthalina et al., 2015; Nabilla et al., 2022; Nisa, 2021).

Protein merupakan zat pembangun dan pengatur yang berperan pada pembentukan hemoglobin dan mengedarkan zat besi dalam tubuh. Kurangnya kadar protein dalam tubuh mengakibatkan terganggunya transportasi zat besi,

membentuk hemoglobin, dan sel darah merah sehingga berkontribusi terhadap kejadian anemia (Sari dan Muwahkidah, 2018). Protein bersama zat besi akan membentuk hemoglobin dengan peran mendistribusikan oksigen ke seluruh tubuh (Damanik et al., 2019). Asupan zat besi yang memenuhi kebutuhan gizi harian berdampak pada meningkatnya kadar hemoglobin sehingga mencegah kejadian anemia (Rianti, 2021). Jika kadar hemoglobin dalam tubuh masih rendah, asupan vitamin C dibutuhkan dalam meningkatkan penyerapan zat besi karena dapat merubah bentuk feri menjadi fero pada usus halus. Kondisi ini berkaitan dengan kemampuan vitamin C yang bisa meningkatkan absorpsi zat besi jenis nonheme hingga empat kali lipat (Lewa, 2016; Wahyuni, 2021). Kejadian anemia juga bisa dikarenakan konsumsi inhibitor penyerapan zat besi yang memiliki kemampuan mengikat kandungan zat besi dalam makanan sehingga zat besi susah diserap oleh usus (Damanik et al., 2019; Hanjani, 2022).

Tidak tercukupinya asupan zat gizi tersebut dapat memengaruhi status gizi individu yang mengakibatkan kondisi tubuh mengalami defisiensi zat gizi makro dan mikro sehingga terjadi penurunan berat badan, tubuh kurus, mudah terserang penyakit, serta defisiensi mikronutrien yang dapat menyebabkan anemia (Harahap, 2018). Perilaku makan yang tidak tepat untuk mempertahankan bentuk tubuh langsing pada kelompok remaja putri memberi dampak kurangnya asupan zat gizi karena penerapan pembatasan makan secara berlebihan (Muhayati dan Ratnawati, 2019). Hal ini sesuai pada penelitian di Kuningan pada kelompok usia yang sama. Penelitian tersebut membuktikan bahwa remaja putri dengan status gizi kurus, mengalami anemia (Nurjannah dan Putri, 2021).

Berdasarkan gerakan nasional Aksi Bergizi yang dilakukan di SMPN 1 Gunungsari pada bulan Desember 2022, terdapat sebanyak 34 (47,8%) remaja putri mengalami anemia dari total 71 sampel yang dilakukan pengecekan kadar hemoglobin dalam darah. Angka prevalensi tersebut mempunyai nilai $> 40\%$, maka kesimpulannya yaitu kejadian anemia di SMPN 1 Gunungsari Kabupaten Serang dapat dianggap menjadi masalah kesehatan yang berat (Nidianti et al., 2019). Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait hubungan kepatuhan konsumsi TTD, asupan zat gizi, dan status gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Gunungsari, Kabupaten Serang.

I.2 Rumusan Masalah

Dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2013, terjadi peningkatan prevalensi anemia pada tahun 2018 dimana prevalensi anemia pada kelompok usia 5-14 dan 15-24 tahun menjadi 26,8% dan 32%. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD, asupan zat gizi, dan status gizi menjadi faktor pengaruh terjadinya anemia pada kelompok remaja (Ariningrum, 2021; Hearttlini, 2020; Laraswati, 2022; Nurjannah dan Putri, 2021; Rianti, 2021; Tania, 2019). Berdasarkan gerakan nasional Aksi Bergizi yang dilakukan Puskesmas Gunungsari di SMPN 1 Gunungsari, terdapat sebanyak 34 (47,8%) remaja putri mengalami anemia dari total 71 sampel yang dilakukan pengecekan kadar hemoglobin dalam darah. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk menganalisis apakah terdapat keterkaitan hubungan kepatuhan konsumsi TTD, asupan zat gizi, dan status gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Gunungsari, Kabupaten Serang.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan kepatuhan konsumsi TTD, asupan zat gizi, dan status gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Gunungsari, Kabupaten Serang.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis gambaran mengenai kejadian anemia, kepatuhan konsumsi TTD, asupan zat gizi, dan status gizi pada remaja putri di SMPN 1 Gunungsari, Kabupaten Serang.
- b. Menganalisis hubungan kepatuhan konsumsi TTD, asupan zat gizi, dan status gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Gunungsari, Kabupaten Serang.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Penambah wawasan dan meningkatkan kesadaran responden dengan adanya bukti terkait hubungan kepatuhan konsumsi TTD, asupan zat gizi, dan status gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Gunungsari, Kabupaten Serang.

I.4.2 Bagi Institusi

Menjadi dasar kebijakan bagi pihak SMPN 1 Gunungsari untuk meningkatkan kesadaran terkait pentingnya menjaga kesehatan dan menerapkan upaya preventif dengan melibatkan siswa dan siswi yang tergabung dalam ekstrakurikuler PMR.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Menerbitkan jurnal penelitian yang dapat diakses secara daring sehingga dapat dijadikan sebagai bahan acuan penelitian selanjutnya.