

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Anemia bukan sebuah penyakit tetapi suatu gejala yang disebabkan beberapa kondisi yaitu kehilangan darah berlebih, penurunan produksi darah, dan kerusakan sel darah (Muhayati & Ratnawati, 2019). Menilai normal kadar hemoglobin dalam tubuh manusia dapat dikelompokkan sesuai usia dan jenis kelamin serta berbeda di tiap semester saat berada di masa kehamilan, pada remaja putri normal kadar hemoglobin yaitu < 12 g/dL (Proverawati & Wati, 2017).

Kejadian anemia dapat kita jumpai di seluruh dunia baik negara maju dan negara berkembang, salah satunya termasuk negara Indonesia. Terdapat data berdasarkan *worldwide prevalence of anemia* pada tahun 2015 dinyatakan bahwa masyarakat di dunia yang mengalami kejadian anemia terdapat prevalensi sebesar 40 – 88% (Apriyanti, 2019). Sedangkan di Asia Tenggara, menurut WHO *Regional Office South East Asia Region Organisation* (ROSEARO) prevalensi remaja putri yang menderita anemia sebesar 25 – 40% dengan tingkat anemia ringan hingga berat (Wahdah et al., 2019). Bahkan remaja putri di Indonesia dengan kejadian anemia berdasarkan data Riskesdas tahun 2011 yaitu sebanyak 6,9%, sedangkan data Riskesdas tahun 2013 memiliki angka sebesar 37,1%, serta Riskesdas tahun 2018 menjadi 48,9% (Yusria et al., 2019). Hal ini dapat disimpulkan angka kejadian anemia di Indonesia selalu memiliki peningkatan setiap tahunnya, sehingga bisa dijadikan salah satu masalah kesehatan pada remaja putri.

Remaja putri memiliki rasa ingin untuk mempunyai tubuh yang indah atau dapat dikatakan badan yang kurus agar terlihat lebih cantik dipandang sehingga memiliki pola makan yang tidak baik dan tidak beraturan zat gizi yang masuk khususnya asupan zat besi (Ahyani & Astuti, 2018). Dampak dari anemia pada remaja putri yaitu mengakibatkan muka pucat, mengurangi fokus dalam kegiatan belajar serta pertumbuhan tinggi badan remaja putri tidak maksimal. Selain itu, kurangnya kemampuan penyerapan oksigen yang terjadi akibat jumlah sel darah merah tidak seimbang sesuai kebutuhan tubuh atau terjadi anemia akan

mempengaruhi kekuatan kardiorespirasi yang menyebabkan kemampuan aktifitas fisik dan daya tahan tubuh remaja putri menjadi berkurang (Yusria et al., 2019). Dampak anemia disebabkan remaja putri kekurangan zat besi karena kehilangan banyak darah dari tubuh (perdarahan luka dan menstruasi), serta konsumsi makanan yang kurang mengandung zat besi (Saswita, 2016). Oleh karena itu, sangat perlu dalam meningkatkan kebutuhan zat besi pada remaja putri untuk membantu proses pembentukan sel darah merah yang lazim pada masa pubertas karena menstruasi tiap bulan (Risman, 2018). Namun mayoritas remaja putri memiliki perilaku makan yang menyimpang karena khawatir memiliki tubuh yang gemuk, sehingga tubuhnya tidak menerima asupan gizi yang seimbang terutama kurang konsumsi pangan yang mengandung zat besi (Wahdah et al., 2019).

Pangan yang mengandung zat besi (Fe) yang banyak terdapat dari tanaman yaitu kacang-kacangan serta sayur-sayuran memiliki absorpsi yang lebih rendah dibandingkan dengan pangan yang mengandung zat besi (Fe) di makanan berasal dari hewan contohnya daging, telur, dan ikan (Suhaimi, 2019). Jika remaja putri mengalami anemia, hal itu disebabkan kekurangan zat gizi makro berupa energi dan protein, kekurangan zat gizi mikro berupa zat besi (Fe) serta vitamin A karena komponen ini untuk pembentukan kadar hemoglobin (Restuti & Susindra, 2016). Pola menstruasi pada remaja putri yaitu siklus menstruasi dan lamanya waktu remaja menstruasi. Pengertian dari siklus menstruasi yaitu perhitungan jarak antara mulai menstruasi sebelumnya dengan menstruasi berikutnya dan normal siklus menstruasi yaitu selama 28 hari. Terjadinya lama menstruasi pada kebanyakan wanita adalah selama 3 – 5 hari, namun ada beberapa wanita lama menstruasi 1 – 2 hari diikuti darah sedikit-sedikit, dan ada juga yang mengalami menstruasi 7-8 hari. Setiap wanita mempunyai lama menstruasi yang tetap tiap bulan. Rata-rata jumlah darah yang keluar sebanyak ± 16 cc, jika lebih dari ± 80 cc dianggap patologik (S. W. Lestari et al., 2018). Apabila terlalu banyak darah yang hilang dapat mempengaruhi kejadian anemia pada wanita karena tidak ada kecukupan zat besi dan absorpsi zat besi yang sedikit sehingga tidak bisa menggantikan zat besi yang keluar selama menstruasi (Sholicha & Muniroh, 2019).

Topik penelitian ini memiliki beberapa penelitian sebelumnya yang terkait tingkat asupan zat besi dan pola menstruasi terhadap anemia yang terjadi pada

remaja putri. Pada penelitian pertama yang dilakukan oleh Junengsih & Yuliasari pada tahun 2016 di SMA Negeri 98 Jakarta Timur terdapat remaja putri dengan ketidakcukupan tingkat asupan zat besi lebih berisiko 7,9 kali mengalami anemia dibandingkan remaja putri yang memiliki tingkat asupan besi yang cukup.. Penelitian berikutnya yaitu penelitian Fitriana di tahun 2017 terdapat hasil bahwa pola menstruasi panjang yang dialami remaja putri akan lebih berisiko 24,23 kali terjadi anemia dibandingkan pola menstruasi remaja putri yang pendek, penelitian tersebut telah dilakukan di Akademi Kebidanan Bunga Husada Samarinda. Lalu penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Saswita pada tahun 2016 yaitu mengenai lama menstruasi pada remaja putri dengan kejadian anemia memiliki hasil sebesar 53,8 siswi di SMK Bina Cipta Palembang menderita anemia ringan pada remaja putri yang mengalami menstruasi 7 hari dan memiliki IMT normal.

Sesuai dengan latar belakang yang sudah dijelaskan, penulis tertarik untuk melakukan telaah jurnal-jurnal yang mempunyai topik mengenai hubungan tingkat asupan zat besi (Fe) dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

I.2 Tujuan Review

1. Menguraikan informasi dengan evidence based pada bidang keperawatan mengenai hubungan tingkat asupan zat besi (Fe) dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri
2. Dapat menganalisis jurnal terkait hubungan tingkat asupan zat besi (Fe) dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri
3. Merangkum berbagai hasil penelitian sebelumnya mengenai hubungan tingkat asupan zat besi (Fe) dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri

I.3 Manfaat Review

I.3.1 Manfaat Teoritis

Penelitian *literature review* ini diharapkan mampu dijadikan sumber informasi mengenai tingkat asupan zat besi dan pola menstruasi yang dihubungkan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

I32 Manfaat Praktis

1. Untuk Lembaga Pendidikan

Penulis mengharapkan penelitian ini dapat digunakan untuk lembaga pendidikan sebagai sumber referensi khususnya kepada mahasiswa/i yang sedang mengikuti mata kuliah keperawatan komunitas mengenai jurnal-jurnal terkait kejadian anemia serta untuk penduduk atau karyawan suatu institusi.

2. Untuk Mahasiswa

Penelitian literature review ini diharapkan mampu menambah wawasan untuk mahasiswa/i keperawatan mengenai hubungan tingkat asupan zat besi dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

I.4 Pertanyaan Review

Perumusan pertanyaan *evidence based practice* menggunakan metode PICO istilah ini merujuk pada: P (*Population*), I (*Intervention*), C (*Comparison*), O (*Outcome*) (Dharma, 2015)

a. P (*Population/Patient*)

Remaja putri yang mengalami anemia

b. I (*Intervention/Indicator*)

Intervention/Indicator disini adalah mengetahui tingkat asupan zat besi dan pola menstruasi

c. C (*Comparison*)

Pada pengkajian *evidence based practice* ini tidak mengkaji perbandingan dengan intervention.

d. O (*Outcome*)

Hasil akhir penerapan *evidence based practice* ini adalah mengetahui kejadian anemia

Berdasarkan metode PICO diatas dapat dibuat pertanyaan review yaitu: “Bagaimana menurut berbagai studi sebelumnya tentang pengaruh tingkat asupan zat besi dan pola menstruasi terhadap kejadian anemia pada remaja putri?”