

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia gizi besi adalah anemia yang timbul akibat berkurangnya penyediaan besi untuk proses pembentukan sel darah merah, karena cadangan zat besi kosong sehingga pembentukan hemoglobin berkurang¹. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama di negara berkembang. Sebanyak 30% penduduk dunia diperkirakan menderita anemia terutama remaja dan ibu hamil. Prevalensi anemia remaja di dunia berkisar 40-88%². Di Indonesia, anemia defisiensi besi masih merupakan masalah gizi utama, disamping tiga masalah gizi lainnya yaitu (1) Kurang Energi Protein (KEP); (2) Kurang Vitamin A (KVA) dan (3) Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY). Data Riskesdas 2013 menyatakan prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berusia 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% pada penderita berusia 15-24 tahun³.

Masa remaja merupakan masa terjadinya pubertas yang ditandai dengan menstruasi pada remaja putri, saat menstruasi banyak darah yang keluar dari dalam tubuh, apabila asupan zat gizi terutama zat besi (Fe) tidak mencukupi kebutuhan tubuh, maka dapat menyebabkan anemia defisiensi zat besi (Fe) yang ditandai adanya penurunan kadar zat besi (Fe) dalam darah⁴.

Anemia karena kurang zat besi adalah masalah yang paling umum dijumpai terutama pada perempuan. Zat besi diperlukan untuk membentuk sel-sel darah merah, kemudian dikonversi menjadi hemoglobin, lalu beredar ke seluruh tubuh yang berfungsi sebagai pembawa oksigen. Remaja perempuan membutuhkan lebih banyak zat besi daripada remaja laki-laki, karena remaja perempuan mengalami menstruasi setiap bulannya⁵. Agar zat besi yang diabsorpsi lebih banyak tersedia oleh tubuh, maka diperlukan bahan makanan yang berkualitas tinggi. Seperti pada daging, hati, ikan, dan ayam, juga bahan makanan yang mengandung tinggi vitamin C membantu dalam penyerapan zat besi⁶.

Penelitian yang dilakukan Melfin Zainul Asyiqin, Luh Titi Handayani, dan Shodikin pada santriwati di Pondok Pesantren Miftahul Ulum Jember menunjukkan bahwa prevalensi anemia yaitu 73% dari 77 santriwati, ini menunjukkan masih tingginya kejadian anemia pada santriwati. Hal tersebut dapat disebabkan karena faktor pola makan, faktor pola haid dan faktor IMT⁷. Penelitian lain yang dilakukan oleh Rahayu Astuti dan Ali Rosidi juga menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Pondok Pesantren Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak yaitu siswa pada Ponpes Asy Syarifah yang anemia sebesar 71,6% dan pada Ponpes Al Bhroniyah sebesar 84,3%⁸.

Menu yang disajikan di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta banyak mengeluarkan bahan makanan yang bersumber zat besi, tetapi bahan makanan tersebut yang sering muncul hanya ayam yang bersumber dari zat besi *heme* sedangkan bahan makanan yang muncul dari zat besi *non-heme* adalah kacang

panjang. Sehingga remaja putri yang tinggal di asrama merasa bosan dengan menu yang disajikan di asrama.

Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk melihat hubungan antara asupan zat besi dengan status anemia pada remaja putri di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara asupan zat besi dengan status anemia pada remaja putri di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara asupan zat besi dengan status anemia pada remaja putri di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui asupan zat besi remaja putri berdasarkan menu yang disajikan di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.
- b. Diketahui asupan zat besi remaja putri berdasarkan makanan jajanan di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta
- c. Diketahui status anemia pada remaja putri di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.
- d. Diketahui hubungan antara asupan zat besi dengan status anemia pada remaja putri di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah Gizi Institusi khususnya mutu penyelenggaraan makanan yang bersumber zat besi untuk mengurangi status anemia di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Menambah wawasan, ilmu serta pengalaman yang paling berharga dan meningkatkan keterampilan serta menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama mengikuti pendidikan

b. Bagi Peneliti Lain

Dapat digunakan sebagai bahan referensi ilmu dalam pengembangan ilmu pengetahuan bidang penyelenggaraan makanan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi SMA IT Abu Bakar Yogyakarta

Dapat digunakan sebagai bahan masukan dan evaluasi dalam meningkatkan mutu penyelenggaraan makanan khususnya yang bersumber zat besi di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

b. Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Dapat digunakan sebagai referensi atau kepustakaan dalam bidang gizi industri.

F. Keaslian Penelitian

1. Hubungan asupan zat besi (Fe) dan infeksi kecacingan terhadap kejadian anemia pada anak jalanan di Kecamatan Mariso Kota Makassar oleh Nur Rahmi (2014). Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan metode pengumpulan data menggunakan rekaman konsumsi makanan dengan metode *recall* 2x24 jam. Hasil penelitiannya yaitu terdapat hubungan asupan zat besi (Fe) terhadap kejadian anemia yaitu dengan nilai $p=0.000$ sedangkan tidak terdapat hubungan infeksi kecacingan terhadap kejadian anemia yaitu dengan nilai $p=0,134^9$.

Adapun perbedaan dari penelitian penulis adalah dari variabel yang digunakan dalam penelitian.

2. Hubungan antara asupan zat besi dan kejadian anemia pada mahasiswa PSPD angkatan 2009-2011 UIN Syarif Hidayatullah Jakarta oleh Eka Noviawati (2012). Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan metode pengumpulan data menggunakan *food record* 3 hari. Hasil penelitiannya yaitu terdapat hubungan asupan zat besi terhadap kejadian anemia yaitu dengan nilai $p=0.000^{10}$.

Adapun perbedaan dari penelitian penulis adalah dari uji statistik yang digunakan pada penelitian serta metode pengumpulan datanya.