

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju. Penderita anemia diperkirakan dua milyar dengan prevalensi terbanyak di wilayah Asia dan Afrika. Prevalensi di Asia, anemia pada wanita usia 15-45 tahun mencapai 191 juta orang dan Indonesia menempati urutan ke-8 dari 11 negara di Asia setelah Srilangka dengan prevalensi anemia sebanyak 7,5 juta orang pada usia 10 – 19 tahun.<sup>1</sup> Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2013, prevalensi anemia di dunia sekitar (40-88%). Berdasarkan wilayah regional, prevalensi anemia pada wanita usia subur (WUS) dan wanita hamil tertinggi terjadi di Asia Tenggara yaitu sebesar 41,9% pada WUS dan sebesar 48,7% pada wanita hamil.<sup>2</sup> Data tersebut dapat dilihat dari perkiraan prevalensi global menurut WHO tahun 2016, anemia pada remaja putri yaitu sekitar 29,4%.<sup>3</sup>

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan di masyarakat bila prevalensinya lebih dari 15%. Di Indonesia, diketahui bahwa prevalensi anemia sebesar 23,7%, sehingga dapat dikategorikan masalah kesehatan pada tingkat sedang.<sup>4</sup> Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, bahwa angka kejadian anemia secara nasional adalah sebesar 23,7%, sebesar 20,3% terjadi pada laki-laki dan 27,2% terjadi pada

perempuan. Hasil data terbaru Riskesdas tahun 2018, menunjukkan adanya kenaikan kasus anemia pada remaja putri. Pada tahun 2013 remaja putri mengalami anemia mengalami kenaikan angka sekitar 23,9% menjadi 27,2% pada tahun 2018. Berdasarkan pada kriteria usia 5-14 tahun mencapai 26,8% dan pada usia 15-24 tahun mencapai 32,0%. Proporsi anemia terjadi paling besar di kelompok umur 15-24 tahun.<sup>5</sup> Data laporan akhir dalam evaluasi anemia pada remaja yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta (Dinkes DIY) tahun 2018, menunjukkan bahwa di Kabupaten Kulon Progo merupakan kabupaten yang paling berisiko dibandingkan kabupaten/kota yang lain karena persentase remaja putri dengan kadar Hemoglobin (Hb) di bawah 12 g/dl adalah tertinggi dengan persentase mencapai 34,75%, ini mencapai lebih dari 30%.<sup>6</sup>

Anemia adalah suatu keadaan kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin.<sup>2</sup> Penyebab anemia pada negara dengan prevalensi anemia di atas 20% adalah anemia defisiensi Fe atau kombinasi defisiensi Fe. Anemia yang terjadi karena kekurangan zat besi sehingga pembentukan sel - sel darah merah dan fungsi lain dalam tubuh terganggu adalah anemia gizi besi.<sup>1</sup> Anemia secara fungsional dapat didefinisikan sebagai penurunan jumlah massa eritrosit (*Red Cell Mass*) sehingga tidak dapat memenuhi fungsinya untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer (penurunan *Oxygen Carrying Capacity*).

Kebutuhan gizi pada masa remaja begitu erat kaitannya dengan besarnya tubuh hingga kebutuhan yang tinggi, dan ini terdapat pada periode pertumbuhan yang cepat/growth spurt. Pada remaja putri, growth spurt terjadi pada usia 10-12 tahun. Pada remaja putra terjadi pada usia 12-14 tahun. Pada masa ini, cukup banyak zat gizi yang perlu diperhatikan, salah satunya kebutuhan akan zat besi (Fe). Kekurangan Fe dalam makanan sehari-hari dapat menimbulkan anemia gizi besi. Remaja putri lebih rawan terhadap anemia gizi besi dibandingkan laki-laki, karena remaja putri mengalami menstruasi berkala yang mengeluarkan sejumlah zat besi tiap bulannya. Oleh karena itu, remaja putri lebih banyak membutuhkan zat besi daripada remaja putra.

Banyaknya darah yang keluar saat menstruasi berpengaruh pada kejadian anemia karena wanita tidak mempunyai persediaan zat besi yang cukup dan absorpsi zat besi yang rendah kedalam tubuh, tidak dapat menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi. Jumlah darah yang hilang selama satu periode menstruasi normal berkisar antara 20-25 cc dan dianggap tidak normal jika kehilangan darah saat menstruasi lebih dari 80 ml. Darah yang keluar dengan jumlah 20-25 cc menyiratkan bahwa kehilangan zat besi sebesar 12,5-15 mg/bulan sama dengan 0,4-0,5 mg/hari. Jumlah tersebut ditambah dengan kehilangan basal maka jumlah total zat besi yang hilang sebesar 1,25-1,5 mg/hari.<sup>7</sup> Keseimbangan zat besi dari dalam tubuh maka akan terganggu. Seseorang dengan simpanan zat besi dalam jumlah normal akan mengabsorpsi besi kira-kira 5 – 10% dari jumlah total masukan zat besi yaitu sekitar 0,5 – 2 mg setiap

harinya. Sedangkan untuk seseorang dengan defisiensi zat besi akan mampu menyerap sampai 50% dari total zat besi yang masuk.<sup>8</sup> Asupan protein dalam tubuh sangat membantu penyerapan zat besi, maka dari itu protein bekerjasama dengan rantai protein mengangkut electron yang berperan dalam metabolisme energi. Selain itu vitamin C dalam tubuh remaja harus tercukupi karena vitamin C merupakan reduktor, maka di dalam usus zat besi (Fe) akan dipertahankan tetap dalam bentuk ferro sehingga lebih mudah diserap. Selain itu vitamin C membantu transfer Fe dari darah ke hati serta mengaktifkan enzim-enzim yang mengandung Fe.<sup>7</sup>

Kejadian anemia tidak terlepas dari masalah kesehatan lainnya, dampaknya dinilai sebagai masalah yang sangat serius terhadap kesehatan masyarakat. Masalah kesehatan masyarakat yang berkaitan dengan kejadian anemia pada remaja putri dapat berdampak pada menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan otak, meningkatkan risiko menderita penyakit infeksi karena daya tahan tubuh menurun. Masalah anemia pada remaja putri akan memberikan kontribusi negatif pada masa kehamilan kelak. Akibat jangka panjang anemia menyebabkan kelahiran bayi berat lahir rendah (BBLR), kesakitan bahkan kematian pada ibu dan bayi. Oleh karena itu pada usia remaja anemia harus ditangani dengan baik agar tidak terjadi masalah kesehatan lain.

Prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja putri tahun 2018 di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) usia 12 – 18 tahun yaitu 19,3%. Gambaran grafis

memperlihatkan bahwa prevalensi terbesar adalah di Kabupaten Kulon Progo (34,7%), Gunungkidul (23%), Kota Yogyakarta (19,3%), Sleman (16,6%), dan Bantul (14,4%).<sup>6</sup> Kabupaten Kulon Progo merupakan salah satu Kabupaten di DIY dengan prevalensi anemia remaja tertinggi. Jumlah remaja putri di Kulon Progo 107.376 jiwa sebanyak 34,7% mengalami anemia yakni sebanyak 37.259 jiwa. Kabupaten Kulon Progo memiliki 12 kecamatan, jumlah remaja putri terbanyak terdapat di Kecamatan Pengasih yakni 13.066. Terdapat enam sekolah tingkat menengah ke atas yang ada di Kecamatan Pengasih, Salah satunya SMK N 1 Pengasih dengan jumlah siswa perempuan tertinggi yakni 658 siswa. Siswi SMK N 1 Pengasih memiliki aktifitas yang lebih dari sekolahan lain seperti adanya kegiatan praktek kerja lapangan yang dilakukan pada satu semester tiap tahun ajaran. Kegiatan tersebut dapat mempengaruhi pola gizi siswi SMK N 1 Pengasih, sehingga dapat mengakibatkan dampak anemia. Berdasarkan uraian di atas, maka perlu dilaksanakan penelitian untuk mengetahui asupan zat besi, protein dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK N 1 Pengasih, Kabupaten Kulon Progo.

## **B. Rumusan Masalah**

Anemia pada remaja putri masih menjadi permasalahan kesehatan reproduksi secara global dengan persentase 29,40%. Hasil data terbaru Riskesdas tahun 2018, menunjukkan adanya kenaikan kasus anemia pada remaja putri. Pada tahun 2013 sekitar 23,9% remaja putri mengalami anemia, angka ini naik menjadi 27,2% pada tahun 2018. Proporsi anemia terjadi paling besar di

kelompok umur 15-24 tahun dengan persentase sebesar 32,0%.(5) Prevalensi kejadian anemia di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yaitu 19,30%, prevalensi terbesar pada remaja berada di Kulon Progo dengan jumlah remaja putri 107.376 jiwa sebanyak 34,7% mengalami anemia yakni sebanyak 37.259 jiwa. Kabupaten Kulon Progo memiliki 12 kecamatan, jumlah remaja putri terbanyak terdapat di Kecamatan Pengasih yakni 13.066 jiwa. Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan di masyarakat bila prevalensinya lebih dari 15%.

Kejadian anemia tidak terlepas dari masalah kesehatan lainnya, dampaknya dinilai sebagai masalah yang sangat serius terhadap kesehatan masyarakat. Masalah anemia pada remaja putri akan memberikan kontribusi negatif pada masa kehamilan kelak. Akibat jangka panjang anemia menyebabkan kelahiran bayi berat lahir rendah (BBLR), kesakitan bahkan kematian pada ibu dan bayi. Penyebab anemia pada negara dengan prevalensi anemia di atas 20% adalah anemia defisiensi Fe atau kombinasi defisiensi Fe. Anemia yang terjadi karena kekurangan zat besi sehingga pembentukan sel - sel darah merah dan fungsi lain dalam tubuh terganggu adalah anemia gizi besi. Asupan protein dalam tubuh sangat membantu penyerapan zat besi, maka dari itu protein bekerjasama dengan rantai protein mengangkut electron yang berperan dalam metabolisme energi. Selain itu vitamin C membantu transfer Fe dari darah ke hati serta mengaktifkan enzim-enzim yang mengandung Fe. Permasalahan yang dapat dirumuskan “ Apakah ada Hubungan Asupan Zat Besi, Protein dan Vitamin C dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMK N 1 Pengasih?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini untuk mengetahui hubungan asupan zat besi, protein dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK N 1 Pengasih.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi asupan zat besi, protein dan vitamin C pada remaja putri di SMK N 1 Pengasih, Kulon Progo.
- b. Mengidentifikasi kejadian anemia pada remaja putri di SMK N 1 Pengasih, Kulon Progo.
- c. Mengetahui hubungan asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK N 1 Pengasih.
- d. Mengetahui hubungan asupan protein dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK N 1 Pengasih.
- e. Mengetahui hubungan asupan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK N 1 Pengasih.

### **D. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup penelitian ini adalah Kesehatan Reproduksi remaja khususnya tentang kejadian anemia pada remaja putri.

## E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis:

### 1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi bagi pembaca mengenai kesehatan reproduksi terutama tentang anemia remaja, sehingga dapat menurunkan angka anemia pada remaja.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi pengetahuan kebidanan khususnya Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR).

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Kulon Progo  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak pengambilan kebijakan untuk meningkatkan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja.
- b. Bagi Kepala Sekolah SMK N 1 Pengasih Kabupaten Kulon Progo  
Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi program bimbingan dan konseling *adolescent reproductive health* (BK-ARH), dengan fokus kegiatan pembinaan, konseling dan penyuluhan dalam upaya menurunkan angka anemia pada remaja putri.
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan referensi untuk penelitian selanjutnya.

## F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti	Judul	Desain Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Cynthia, dan Lailatul. (2019) <sup>9</sup>	Hubungan Asupan Zat Besi, Protein, Vitamin C dan Pola Menstruasi dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri Di SMAN 1 Manyar Gresik	<i>Cross sectional</i>	Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan asupan Fe ( $r=0,635$ ; $p=0,000$ ), protein ( $r=0,663$ ; $p=0,000$ ), dan vitamin C ( $r=0,780$ ; $p=0,000$ ) menunjukkan terdapat hubungan statistik yang signifikan dengan kadar hemoglobin.	Desain penelitian <i>Cross sectional</i>	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada satu variabel independen, lokasi, waktu dan subjek penelitian.
2.	Dewi dan Ratih. (2018) <sup>10</sup>	Hubungan Usia, Asupan Vitamin C dan Besi dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri Anemia.	<i>Cross sectional</i>	Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara asupan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri, tetapi tidak ada hubungan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri.	Desain penelitian <i>Cross sectional</i>	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada satu variabel independen. lokasi, waktu dan subjek penelitian.
3.	Apoina dan Dea. (2014) <sup>11</sup>	Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri	<i>Cross sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan asupan zat besi ( $p=0,000$ ) dengan kejadian anemia, tidak ada hubungan bermakna antara asupan vitamin C dan protein dengan kejadian anemia.	Desain penelitian <i>Cross sectional</i>	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada judul, lokasi, waktu dan subjek penelitian.