

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Remaja putri pada setiap bulannya akan mengalami menstruasi yang mana pada saat menstruasi akan berisiko anemia, ditambah lagi dengan kebiasaan diet remaja putri yang kurang baik dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia. Anemia merupakan keadaan dimana kadar hemoglobin atau sel darah tubuh dibawah normal, yang mana apabila dibiarkan dapat menyebabkan masalah bagi kesehatan remaja putri (Basith et al., 2017).

Anemia dapat dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Jika makanan yang dikonsumsi mempunyai nilai gizi baik, maka status gizi juga baik dan sebaliknya jika makanan yang dikonsumsi kurang nilai gizinya, maka akan menyebabkan kekurangan gizi yang dapat menimbulkan anemia (Nasruddin et al., 2021). Faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri, yaitu asupan energi, asupan protein, asupan zat besi, asupan vitamin C, kebiasaan minum teh atau kopi (Budiarti et al., 2021).

Fase remaja merupakan fase yang rentan terhadap resiko kesehatan, hal ini dikarenakan didalam fase remaja, terjadi, perkembangan tubuh yang pesat sehingga diperlukan sumber gizi yang cukup. Akan tetapi, kebutuhan gizi yang cukup sering diabaikan oleh remaja sehingga akan tampak beberapa masalah kesehatan seperti kejadian anemia pada remaja (Kusnadi, 2021). Baik di negara maju maupun negara berkembang seperti Indonesia,

angka prevalensi anemia masih tinggi. di Indonesia, anemia sebanyak 28,8% pada perempuan usia 15-49 tahun. Selain itu, angka anemia pada ibu hamil meningkat dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018).

Remaja putri memiliki berbagai macam aktivitas, baik aktivitas di dalam maupun diluar sekolah. Hal ini membuat remaja sulit memikirkan jadwal makan maupun komposisi dan kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Akibatnya para remaja sering merasa lelah, lemas, lesu dan tidak bertenaga. Kondisi yang cepat lelah dan lesu bisa juga disebabkan karena anemia atau kurang darah. Remaja putri memiliki risiko lebih besar menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini disebabkan setiap bulan remaja putri mengalami menstruasi. Dimana remaja putri yang mengalami menstruasi yang banyak selama lebih dari lima hari dikhawatirkan akan kehilangan zat besi lebih banyak sehingga membutuhkan zat besi pengganti. Sering kali remaja putri menjaga penampilan, ingin kurus sehingga berdiet dan mengurangi makan. Diet yang tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh akan menyebabkan tubuh kekurangan zat penting dalam tubuh seperti zat besi (Muthmainnah et al., 2021).

Menurut hasil profil Dinas Kesehatan Provinsi DIY tahun 2018, ada 19,3% remaja putri di DIY yang menderita anemia, yang paling tinggi yaitu di Kabupaten Kulon Progo yaitu sebesar 34,7%. Di Kabupaten Gunungkidul

23% remaja putri yang menderita anemia, sedangkan kota Yogyakarta 19,3%, Sleman 16,6% dan Bantul 14,4%.

Kurang Energi Kronik (KEK) merupakan kondisi di mana remaja putri mengalami kekurangan gizi energi dan protein yang terjadi dalam waktu lama atau bertahun-tahun. Risiko KEK adalah kondisi dimana remaja putri memiliki kecenderungan untuk menderita KEK yang ditandai dengan lingkaran lengan atas  $< 23,5$  cm. remaja putri yang mengalami KEK disebabkan oleh asupan energi yang kurang (Telisa & Eliza, 2020).

Menurut Riskesdas (2018) mengatakan bahwa proporsi Kurang Energi Kronik (KEK) pada remaja putri yang tidak hamil pada tahun 2007 yaitu 30,9%, pada tahun 2013 meningkat menjadi 46,6% dan pada tahun 2018 menurun yaitu sebesar 36,6%.

Kekurangan Energi Kronis dapat merusak kesehatan dan berpengaruh pada berbagai proses dalam tubuh, diantaranya dalam proses pertumbuhan yang dapat menghambat pertumbuhan fisik, proses produksi tenaga yang menyebabkan penurunan daya tahan fisik, serta fungsi imunitas yang dapat melemahkan sistem kekebalan sehingga lebih rentan terhadap infeksi dan penyakit (Nasruddin et al., 2021).

Remaja dengan KEK cenderung mengalami anemia karena pola makan dan konsumsi makanan yang tidak seimbang selama pertumbuhan. Nutrisi sangat mempengaruhi keadaan gizi seseorang. Jika remaja tidak mengkonsumsi gizi makronutrien dan mikronutrien yang seimbang selama pertumbuhannya, mereka berisiko mengalami gangguan gizi atau

kekurangan energi kronik, yang dapat menyebabkan anemia. Anemia pada KEK merupakan komplikasi dari defisiensi besi dan nutrient lain dan ini berhubungan dengan infeksi (Telisa & Eliza, 2020).

Kekurangan energi kronik (KEK) merupakan kondisi yang disebabkan adanya ketidakseimbangan asupan gizi antara energi dan protein, sehingga zat gizi yang dibutuhkan tubuh tidak tercukupi (Kemenkes RI, 2018). Kekurangan Energi Kronis (KEK) merupakan suatu keadaan di mana status gizi seseorang buruk yang disebabkan kurangnya konsumsi pangan sumber energi yang mengandung zat gizi makronutrien yakni yang diperlukan banyak oleh tubuh dan mikronutrien yang diperlukan sedikit oleh tubuh. Kebutuhan remaja meningkat dari biasanya dan peningkatan jumlah konsumsi makan perlu ditambah terutama konsumsi pangan sumber energi untuk memenuhi kebutuhan (Khayatunnisa & Permata Sari, 2021).

KEK pada remaja disebabkan karena adanya ketidakseimbangan asupan gizi (energi dan protein), sehingga zat gizi yang dibutuhkan tubuh tidak tercukupi (Kemenkes RI, 2018). Tubuh membutuhkan energi yang tinggi. Jika energi tidak adekuat maka tubuh akan menggunakan cadangan lemak. Bila cadangan lemak digunakan terus maka akan habis sehingga terjadi perubahan biokimia dengan cara menggunakan protein yang ada dalam hati dan otot diubah menjadi energi..

Anemia yang disebabkan karena kekurangan zat gizi ditandai dengan adanya gangguan dalam sintesis hemoglobin karena kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin baik karena

kekurangan konsumsi zat besi atau karena gangguan absorpsi. Zat gizi ini adalah besi, protein, piridoksin yang mempunyai sebagai katalisator dalam sintesis hem di dalam 4 molekul hemoglobin, zat besi (Fe) merupakan salah satu unsur penting sebagai komponen pembentukan hemoglobin atau membentuk sel darah merah (Fitriany & Saputri, 2018).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang, maka peneliti membuat rumusan masalah “Bagaimana kaitan Kurang Energi Kronik (KEK) dengan anemia pada remaja putri di Kelurahan Gerbosari?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Untuk mengetahui kaitan Kurang Energi Kronik (KEK) dengan anemia pada remaja putri di Kelurahan Gerbosari

### 2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui Status Anemia remaja putri Kelurahan Gerbosari
- b. Untuk mengetahui Status KEK remaja putri Kelurahan Gerbosari
- c. Untuk mengetahui kaitan Status KEK dan Anemia remaja putri Kelurahan Gerbosari.

## **D. Ruang Lingkup**

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup di bidang gizi dengan cakupan penelitian gizi masyarakat yang dilakukan di masyarakat tentang

kaitan Kurang Energi Kronik (KEK) dengan anemia pada remaja putri di Kelurahan Gerbosari

#### **E. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini, adalah :

- (1) Bagi peneliti, diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian kesehatan mengenai studi kasus anemia dan Kurang Energi Kronik (KEK) di Kelurahan Gerbosari
- (2) Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menambah wawasan dan digunakan untuk referensi bagi peneliti selanjutnya
- (3) Bagi tenaga kesehatan Puskesmas atau Dinas Kesehatan, mendapatkan informasi dari hasil penelitian mengenai gambaran kasus anemia dan Kurang Energi Kronik (KEK) di Kelurahan Gerbosari
- (4) Bagi masyarakat, menambah pengetahuan dan wawasan khususnya di bidang gizi masyarakat mengenai kejadian anemia dan KEK di Kelurahan Gerbosari.

## F. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dapat disajikan pada Tabel 1

Tabel 1.Keaslian Penelitian

<b>Peneliti/judul</b>	<b>Jenis penelitian dan variabel</b>	<b>Persamaan</b>	<b>Perbedaan</b>
(Telisa & Eliza, 2020) dengan judul “Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Zat Besi, Kadar Hemoglobin Dan Resiko Kurang Energi Kronis Pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 1 Palembang.”	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Jenis penelitian: survei analitik dengan menggunakan rancangan kasus kontrol</li> <li>2) Variabel yang digunakan: asupan zat gizi makro, asupan z zat besi, kadar hemoglobin dan resiko Kurang Energi Kronis.</li> </ol>	Subjek penelitian yang sama yaitu siswi SMA.	Survei analitik dengan menggunakan rancangan kasus kontrol.
(Muthmainnah et al., 2021) dengan judul “Hubungan Kurang Energi Kronik (KEK) Dan Wasting Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kabupaten Majene.”	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Jenis penelitian yang digunakan kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional</li> <li>2) Teknik pengambilan sampel menggunakan metode</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Menggunakan pendekatan cross-sectional</li> <li>2) Subjek penelitian yang sama yaitu remaja putri.</li> </ol>	Pengambilan sampel menggunakan random sampling.

	total sampling 3) Variabel hubungan Kurang Energi Kronik (KEK) dan wasting dengan kejadian anemia.		
--	---	--	--