

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Gizi merupakan salah satu penentu kualitas sumber daya manusia. Kekurangan gizi akan menyebabkan kegagalan pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan, menurunkan produktivitas kerja dan menurunkan daya tahan tubuh, yang berakibat meningkatnya angka kesakitan dan kematian. Terdapat 2 macam zat gizi yaitu zat gizi makro dan zat gizi mikro. Zat gizi makro atau bisa juga disebut makronutrien terdiri dari protein, lemak, dan karbohidrat. Sedangkan mikronutrien terdiri dari berbagai macam vitamin dan mineral. Protein termasuk dalam makronutrien, dan zat besi termasuk dalam mikronutrien (Almatsier, 2003).

Kecukupan protein dan zat besi sangat diperlukan oleh setiap individu. Protein dan zat besi sangat berhubungan dengan kadar hemoglobin seseorang. Hemoglobin merupakan senyawa pembawa oksigen pada sel darah merah. Kadar hemoglobin dalam tubuh harus pada nilai yang normal. Apabila kadar hemoglobin menurun maka akan mengakibatkan terjadinya anemia. Anemia adalah suatu keadaan dengan kadar hemoglobin lebih rendah dari nilai normal, anemia juga berarti suatu kondisi ketika terdapat defisiensi ukuran, jumlah eritrosit atau kandungan hemoglobin (Depkes, 2003).

Salah satu golongan yang rawan gizi adalah Wanita Usia Subur (WUS). Adanya gangguan kesehatan pada WUS akan berdampak pada kualitas sumber daya manusia kepada generasi yang akan dilahirkannya. Didalam WUS yaitu terdapat PUS (Pasangan Usia Subur) merupakan wanita yang sudah tergolong menikah. Dampak anemia pada Wanita Usia Subur (WUS) yaitu pertumbuhan terhambat, tubuh pada masa

pertumbuhan mudah terinfeksi, mengakibatkan kebugaran/kesehatan tubuh berkurang, semangat bekerja atau aktivitas menurun (Kemenkes, 2017).

Anemia adalah suatu keadaan kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah dari pada normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin, dimana nilai Hemoglobin (Hb) normal untuk wanita adalah 12-16mg/dl. Anemia Besi dapat menyebabkan penurunan kemampuan fisik, selain itu juga dapat menyebabkan penurunan antibody sehingga mudah sakit karena terserang infeksi dan dapat menimbulkan kelelahan, badan lemah, penurunan kapasitas/kemampuan atau produktivitas kerja. Penyebab utama anemia pada wanita adalah asupan zat besi yang kurang, kehilangan darah secara kronis pada saat persalinan, dan kehilangan darah pada masa haid (Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 2010).

Anemia dapat terjadi karena faktor gizi dan non gizi. Faktor gizi terkait dengan defisiensi protein, vitamin, dan mineral, sedangkan faktor non gizi terkait penyakit infeksi. Protein berperan dalam proses pembentukan hemoglobin, ketika tubuh kekurangan protein dalam jangka waktu lama pembentukan sel darah merah dapat terganggu dan ini yang menyebabkan timbul gejala anemia. Protein merupakan zat gizi yang sangat penting bagi tubuh karena selain berfungsi sebagai sumber energi dalam tubuh juga berfungsi sebagai zat pembangun dan pengatur. (Citrakesumasari, 2012)

Menurut penelitian Maesaroh (2007) menunjukkan bahwa tingkat konsumsi protein memiliki hubungan yang paling kuat dengan kadar hemoglobin. Di samping itu makanan yang tinggi protein terutama yang berasal dari hewani banyak mengandung zat besi. Transferin adalah suatu glikoprotein yang disintesis di hati. Protein ini berperan sentral dalam metabolisme besi tubuh sebab transferin mengangkut besi dalam sirkulasi ke tempat-tempat yang membutuhkan besi, seperti dari usus ke sumsum tulang untuk membentuk hemoglobin yang baru.

Anemia adalah masalah kesehatan dan memiliki prevalensi yang tinggi di berbagai negara di dunia. Data WHO dalam Worldwide Prevalence of Anemia menunjukkan bahwa total keseluruhan penduduk dunia yang menderita anemia adalah 1,62 miliar orang dengan usia pra sekolah 47,4%, usia sekolah 25,4%, wanita usia subur 41,8% dan pria 12,7%. Data riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 menyebutkan bahwa presentase anemia pada WUS sebesar 35,3%.

Prevalensi anemia dalam penelitian yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta (Dinkes YK) bersama Fakultas Kedokteran UGM tahun 2013 kepada 280 Wanita Usia Subur (WUS) didapatkan hasil sekitar 34% di daerah Yogyakarta mengidap anemia. Sedangkan di Kabupaten Bantul prevalensi anemia masih tinggi yaitu 25,7% tahun 2010, tahun 2011 sebesar 25,6%, dan tahun 2012 sebesar 28,67%. Data terakhir tahun 2013 angka anemia sebesar 27,67% (Dinkes Kabupaten Bantul, 2013). Prevalensi anemia pada Wanita Usia Subur (WUS) dari 37,1% menurut data Riskesdas 2013 mengalami peningkatan menjadi 48,9% pada Riskesdas 2018, dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun.

Berdasarkan latar belakang diatas, perlu dilakukan penelitian mengenai “Kajian Konsumsi Protein dan Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin pada Wanita Usia Subur (WUS) di Desa Srimartani, Piyungan Bantul”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat disusun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut: “Apakah konsumsi protein dan zat besi pada wanita usia subur (WUS) sudah sesuai kebutuhan untuk memenuhi kebutuhan pembentukan hemoglobin di Desa Srimartani, Piyungan, Bantul ?”

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan

Umum

Mengetahui konsumsi Protein dan Fe (zat besi) wanita usia subur (WUS) dengan kadar hemoglobin di Desa Srimartani, Piyungan, Bantul.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui asupan protein wanita usia subur (WUS) di Desa Srimartani, Piyungan, Bantul.
- b. Mengetahui asupan Fe atau zat besi wanita usia subur (WUS) di Desa Srimartani, Piyungan, Bantul.
- c. Mengetahui kadar hemoglobin pada wanita usia subur (WUS) di Desa Srimartani, Piyungan, Bantul.
- d. Mengkaji tentang konsumsi kecukupan protein dengan kadar hemoglobin pada wanita usia subur (WUS) di Desa Srimartani, Piyungan, Bantul.
- e. Mengkaji tentang konsumsi kecukupan Fe atau zat besi dengan kadar hemoglobin pada wanita usia subur (WUS) di Desa Srimartani, Piyungan, Bantul.

**D. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup dari penelitian tentang “Kajian Konsumsi Protein dan Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin pada Wanita Usia Subur (WUS) di Desa Srimartani, Piyungan, Bantul” adalah penelitian gizi di bidang Gizi Masyarakat.

**E. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi pengembangan ilmu pengetahuan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi yang dapat digunakan untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan dasar bagi penelitian selanjutnya mengenai kasus anemia pada Wanita Usia Subur (WUS).

- b. Bagi Wanita Usia Subur (WUS)

Menambahkan pengetahuan bagi wanita usia subur (WUS) tentang pola makan dan tingkat asupan zat gizi khususnya asupan protein dan zat besi dengan kadar hemoglobin, sehingga tingkat kesehatannya menjadi lebih baik.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Masyarakat / Wanita Usia Subur (WUS)

Memberikan informasi pada masyarakat / Wanita Usia Subur (WUS) untuk mencegah terjadinya anemia.

## F. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelusuran literatur, ada penelitian dengan judul yang hampir sama dengan penelitian ini, yaitu:

1. Kharisma, 2019. “Kajian Asupan Protein dan Zat Besi pada Kejadian Anemia Ibu Hamil di Kabupaten Bantul”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain *cross sectional*. Lokasi penelitian ini dilakukan di Kabupaten Bantul (Desa Patalan, Argodadi, Bangunjiwo, Triharjo, dan Trimurti) pada Desember 2018 – Maret 2019. Pengambilan sampel dengan teknik *systematic random sampling*, jumlah sampel sebanyak 99 ibu hamil. Data yang dikumpulkan adalah data kadar Hb, data asupan protein dan zat besi yang diperoleh dengan menggunakan metode *Food Frequency* (FFQ) Semi Kuantitatif. Perbedaan dengan penelitian saya adalah sasaran dan jumlah sampel. Sasaran yang digunakan pada penelitian saya adalah wanita usia subur (WUS), sedangkan untuk jumlah sampel yang digunakan yaitu ada 33 sampel wanita usia subur (WUS).
2. Rahmad, 2017. “Pengaruh Asupan Protein dan Zat Besi terhadap Kadar Hemoglobin pada Wanita Bekerja”. Hasil penelitian didapat adanya hubungan antara asupan protein dan zat besi terhadap kadar Hb. Variabel penelitian yaitu *cross sectional*. Lokasi penelitian yaitu di

Kecamatan Pnteraja, Kabupaten Pidie Jaya, Provinsi Aceh dengan waktu penelitian November-Desember 2016. Subyek yang diteliti adalah wanita bekerja, jumlah sampel yang digunakan adalah sebanyak 69 orang, jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan deskriptif dan metode pengambilan data menggunakan kuesioner *Recall* 24 jam. Perbedaan dengan penelitian saya adalah sasaran atau subyek yang diteliti, jumlah sample, serta metode pengambilan data. Subyek penelitian saya yaitu wanita usia subur (WUS), jumlah sampel yang digunakan adalah 33 wanita usia subur (WUS), dan metode pengambilan datanya menggunakan kuisisioner SQFFQ (*Semi Quantitative Food Frequency*).

3. Noor Hidayah, 2016. “Analisis Faktor Penyebab Anemia Wanita Usia Subur di Desa Jepang Pakis Kabupaten Kudus”. Hasil penelitian didapat adanya faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan terjadinya anemia pada wanita usia subur (WUS). Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *cross sectional*, jumlah sampel yang digunakan sebanyak 56 Wanita Usia Subur, jenis penelitian adalah observasional, dan metode pengambilan sampel pada penelitian ini adalah menggunakan *Systematic Random Sampling*. Perbedaan Penelitian dengan saya adalah jumlah sampel yang digunakan yaitu 33 sampel wanita usia subur.