

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah kesehatan yang banyak dijumpai di berbagai negara, dan masih menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia. Wanita muda memiliki risiko yang lebih tinggi menderita anemia dibandingkan dengan laki-laki muda karena wanita sering mengalami pendarahan menstruasi yang teratur (Proverawati, 2011).

Wanita usia subur (WUS) merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia gizi. Program penanggulangan anemia gizi telah dikembangkan yaitu dimulai dari remaja putri tingkat sekolah SMP, SMA, dan sederajat, serta wanita di luar sekolah yang termasuk dalam kategori WUS. Penanggulangan anemia ini dilakukan sebagai upaya strategis dalam memutus simpul siklus masalah gizi yang prevalensinya di kalangan WUS masih tergolong dalam kategori tinggi yaitu pada remaja wanita 26,50%, pada WUS 26,9%. Permasalahan ini mengindikasikan anemia/hemoglobin rendah masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia (Depkes RI, 2005).

Faktor yang mempengaruhi hemoglobin ada berbagai macam antara lain rendahnya asupan zat gizi (asupan protein, asupan zat besi, asupan vitamin C, dan asupan vitamin A). Protein berperan penting dalam transportasi zat besi di dalam tubuh, Oleh karena itu kurangnya asupan protein akan mengakibatkan transportasi zat besi terhambat sehingga akan terjadi defisiensi besi. Transferin adalah suatu glikoprotein yang disintesis

di hati, protein ini berperan sentral dalam metabolisme besi tubuh karena fungsi transferin adalah mengangkut besi dalam sirkulasi ke tempat yang membutuhkan besi, seperti dari usus ke sumsum tulang untuk membentuk hemoglobin yang baru. Feritin adalah protein lain yang penting dalam metabolisme besi. Pada kondisi normal, feritin menyimpan besi yang dapat diambil kembali untuk digunakan sesuai kebutuhan (Gallagher, 2008).

Keterkaitan zat besi dengan kadar hemoglobin dapat dijelaskan bahwa besi merupakan komponen utama yang memegang peranan penting dalam pembentukan darah (hemopoiesis), yaitu mensintesis hemoglobin. Kelebihan besi disimpan sebagai protein feritin, hemosiderin di dalam hati, sumsum tulang belakang, di dalam limpa dan otot. Apabila simpanan besi cukup, maka kebutuhan untuk pembentukan sel darah merah dalam sumsum tulang akan selalu terpenuhi, namun jika jumlah simpanan zat besi berkurang dan jumlah zat besi yang diperoleh dari makanan juga rendah, maka akan terjadi ketidakseimbangan zat besi di dalam tubuh, akibatnya kadar hemoglobin menurun di bawah batas normal yang disebut sebagai anemia gizi besi (Soekirman, 2000).

Keanekaragaman konsumsi makanan berperan penting dalam membantu meningkatkan penyerapan zat besi di dalam tubuh. Absorpsi besi yang efektif dan efisien memerlukan suasana asam dan adanya reduktor, seperti vitamin C. Sifat yang dimiliki vitamin C adalah sebagai promotor terhadap absorpsi besi dengan cara mereduksi besi ferri menjadi ferro (Gallagher, 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Syatriani dan Aryani (2010) di Makasar yang menyatakan ada hubungan yang bersifat positif antara

asupan protein dengan kejadian anemia. Penelitiannya menyebutkan seorang remaja yang kekurangan protein berisiko 3,48 kali lebih besar untuk mengalami anemia daripada remaja yang tidak mengalami kekurangan protein. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Deshmukh dkk (2008) pada remaja putri di India yang menunjukkan bahwa penurunan prevalensi anemia dari 65,3% menjadi 54,3% setelah diberikan suplementasi zat besi (100 mg) dan asam folat (0,5 mg) selama 30 bulan.

Penelitian yang dilakukan oleh Mulyawati (2003) di Jakarta yang menyatakan terjadi perbedaan peningkatan rata-rata kadar hemoglobin dan serum feritin pada pekerja wanita yang diberikan tablet tambah darah / TTD (200 mg ferro sulfat dan 0,25 mg asam folat) dengan atau tanpa vitamin C (100 mg), 1 kapsul perminggu dan 1 kapsul selama 10 hari (saat menstruasi) selama 16 minggu. Pada pekerja wanita yang mendapatkan TTD dan vitamin C terjadi peningkatan rata-rata kadar hemoglobin sebesar $2,5+1,54$ g/dl dan serum feritin sebesar $36,0+21,83$ µg/l, sedangkan pada pekerja wanita yang hanya mendapat TTD saja terjadi peningkatan rata-rata kadar hemoglobin sebesar $2,2+1,62$ g/dl dan serum feritin sebesar $28,6+34,46$ µg/l. Hal ini membuktikan bahwa vitamin C dapat meningkatkan absorpsi zat besi di dalam tubuh. Vitamin A memiliki peran dalam hematopoiesis dimana defisiensi vitamin A menyebabkan mobilisasi besi terganggu dan simpanan besi tidak dapat dimanfaatkan untuk eritropoesis (Subagio, 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Zimmermann *et all* (2006), penelitian dengan subyek anak-anak di Moroko menunjukkan bahwa suplementasi vitamin A dapat membantu mobilisasi zat besi dari tempat penyimpanan

untuk proses eritropoesis di mana disebutkan suplementasi vitamin A sebanyak 200.000 UI dan 60 mg ferrous sulfate selama 12 minggu dapat meningkatkan rata-rata kadar hemoglobin sebanyak 7 g/L dan menurunkan prevalensi anemia dari 54% menjadi 38%.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin mengetahui hubungan konsumsi protein, zat besi, vitamin C dan vitamin A dengan hemoglobin pada WUS di daerah Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman. Alasan pemilihan lokasi yaitu di daerah tersebut prevalensi anemia pada WUS masih cukup tinggi dibuktikan dengan prevalensi anemia WUS di Sleman adalah 51,33% (Dinkes Sleman, 2008).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian ringkas dalam latar belakang di atas, maka dapat diperoleh rumusan masalah sebagai berikut: apakah ada hubungan antara konsumsi Protein, Zat Besi (Fe), Vitamin C dan Vitamin A dengan Hemoglobin (Hb) pada wanita usia subur (WUS) di Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman Provinsi Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara konsumsi protein, zat besi, vitamin C, dan vitamin A dengan kadar hemoglobin pada WUS di Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan konsumsi protein, zat besi, vitamin C, dan vitamin A pada WUS di Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman.
- b. Mendeskripsikan kadar Hemoglobin pada WUS di Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman.
- c. Menganalisis hubungan antara konsumsi protein dengan kadar hemoglobin pada WUS di Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman.
- d. Menganalisis hubungan antara konsumsi zat besi dengan kadar hemoglobin pada WUS di Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman.
- e. Menganalisis hubungan antara konsumsi vitamin C dengan kadar hemoglobin pada WUS di Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman.
- f. Menganalisis hubungan antara konsumsi vitamin A dengan kadar hemoglobin pada WUS di Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diharapkan dapat memberikan bermanfaat :

1. Bagi Puskesmas

Memberikan sumbangan informasi dan masukan yang berhubungan dengan kesehatan terutama permasalahan gizi tentang asupan protein, zat besi, vitamin C dan vitamin A pada WUS.

2. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan wanita usia subur tentang pentingnya asupan protein, zat besi, vitamin C, dan vitamin A.