

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan kesehatan yang biasa terjadi pada remaja putri salah satunya adalah anemia. Anemia adalah kondisi tubuh ketika jumlah sel darah merah tidak cukup dalam memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis beragam tergantung usia, jenis kelamin, letak geografis, perilaku merokok, dan berbagai tahapan dalam kehamilan. Defisiensi zat besi merupakan penyebab anemia yang paling umum, penyebab lain anemia ialah defisiensi asam folat, vitamin B₁₂, vitamin A, peradangan akut dan kronis, infeksi parasit, serta kelainan bawaan (WHO, 2011a).

Prevalensi anemia di dunia pada remaja putri menurut WHO (2015) sebesar 29%, sedangkan prevalensi anemia di Indonesia pada usia 5-14 tahun menurut data Kemenkes RI (2018) sebesar 26,8%. Anemia pada remaja masih menjadi masalah di Jawa Tengah sesuai data Kemenkes RI (2013) yang menyatakan prevalensi anemia pada remaja sebesar 30,4%. Penelitian Rizki (2017) menyatakan bahwa sebanyak 55,4% remaja di Kabupaten Sukoharjo mengalami anemia. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Kabupaten Sukoharjo tergolong tinggi.

WHO (2011b) memperkirakan jumlah penderita anemia di dunia mencapai dua miliar dengan 50% penderita anemia disebabkan oleh defisiensi besi. Hal ini didukung penelitian Tesfaye *et al.* (2015) bahwa lebih dari 72% remaja anemia memiliki konsentrasi *serum iron* yang rendah. Anemia disebabkan asupan atau penyerapan zat besi yang tidak memadai, peningkatan kebutuhan zat besi selama kehamilan dan masa pertumbuhan,

peningkatan kehilangan zat besi akibat menstruasi dan infeksi cacing pada usus (Gonete *et al.*, 2018).

Remaja (usia 10-19 tahun) berisiko tinggi mengalami defisiensi zat besi karena peningkatan kebutuhan zat besi, asupan zat besi yang kurang, tingginya angka infeksi dan cacingan, pernikahan dini, dan kehamilan. Remaja putri biasanya mengalami menstruasi sekitar satu tahun setelah mengalami puncak pertumbuhan dan perkembangan, sehingga kebutuhan zat besi tetap tinggi untuk menggantikan zat besi yang hilang akibat menstruasi. Zat besi yang hilang selama menstruasi adalah 12,5-15 mg perbulan atau 0,4-0,5 mg perhari (WHO, 2011b).

Simpanan zat besi dalam tubuh yang berbentuk hemosiderin dan feritin yang berkurang dan tidak dapat memenuhi kebutuhan zat besi secara terus menerus akan mengganggu suplai zat besi menuju transport protein apotransferin. Kondisi tersebut mengakibatkan penurunan transferin dan peningkatan reseptor transferin dalam sirkulasi dan permukaan sel. Suplai zat besi yang terganggu menyebabkan suplai zat besi ke seluruh jaringan tubuh terganggu. Eritropoiesis yang mengalami defisiensi besi akan menyebabkan kadar hemoglobin menurun dibawah batas normal, maka terjadilah anemia (WHO, 2001). Penelitian Swaminathan *et al.* (2019) menyatakan bahwa asupan zat besi memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian anemia, hal ini didukung penelitian Jamnok *et al.* (2020) menyatakan bahwa remaja putri yang mengalami defisiensi besi berisiko 4,9 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mengalami defisiensi besi (OR: 4.9, 95% CI: 2.8-8.3).

Dampak anemia pada remaja putri adalah penurunan daya tubuh sehingga rentan mengalami infeksi, menurunkan kebugaran serta ketangkasan berpikir akibat kekurangan oksigen pada sel otot dan otak, dan penurunan prestasi prestasi dan kinerja semua kelompok usia (Kemenkes RI, 2018b). Remaja putri memiliki risiko 3,04 kali lebih besar mengalami anemia dibanding remaja putra, karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi lebih banyak (OR: 3.04, 95% CI: 1.42-6.57) (Tesfaye *et al.*, 2015).

Menstruasi dapat menyebabkan penurunan simpanan zat besi dalam tubuh, sehingga zat besi dalam tubuh yang tidak seimbang dan tidak mampu mencukupi kebutuhan eritrosit mengakibatkan kadar hemoglobin dalam darah mengalami penurunan dan menyebabkan anemia (Cornelli & Belcaro, 2015). Sesuai dengan penelitian Basith *et al.* (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian Rigon *et al.* (2012) menyatakan bahwa remaja dengan lama menstruasi lebih dari 6 hari lebih rentan mengalami anemia dibanding remaja dengan lama menstruasi kurang dari 6 hari.

Upaya pemerintah dalam mencegah dan menanggulangi anemia pada remaja putri adalah meningkatkan asupan makanan sumber zat besi, fortifikasi bahan makanan dengan zat besi, dan suplementasi zat besi (Kemenkes RI, 2018b). Pandemi Covid-19 yang sedang terjadi di Indonesia tidak memungkinkan untuk melakukan penelitian terkait anemia, sehingga penelitian yang dilakukan adalah menilai status suspek anemia berdasarkan riwayat penyakit, gejala, tanda, dan kebiasaan terkait anemia, serta riwayat

haid/menstruasi menggunakan kuesioner deteksi dini tanda anemia. Penelitian Djatmika (2021) menunjukkan bahwa prevalensi suspek anemia di Kabupaten Sukoharjo sebanyak 37,53%. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Asupan Zat Besi dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Suspek Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Sukoharjo”.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara asupan zat besi dan lama menstruasi dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan asupan zat besi dan lama menstruasi dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan asupan zat besi pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- b. Mendeskripsikan lama menstruasi pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- c. Mendeskripsikan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- d. Menganalisis hubungan asupan zat besi dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- e. Menganalisis hubungan lama menstruasi dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja Putri

Manfaat penelitian yang dilaksanakan adalah untuk memudahkan remaja putri dalam melakukan penilaian terhadap diri sendiri apakah mengalami suspek anemia atau tidak, serta mengetahui bahan makanan apa saja yang perlu dikonsumsi untuk mencegah anemia.

2. Bagi Pihak Sekolah

Manfaat penelitian yang dilaksanakan adalah sebagai bahan pertimbangan untuk para guru supaya lebih memperhatikan setiap siswi yang terdapat faktor risiko anemia dan berguna sebagai tolak ukur pihak sekolah untuk membuat program penanganan anemia agar dapat meminimalisir jumlah anemia pada remaja putri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Manfaat penelitian yang dilaksanakan diharapkan dapat digunakan sebagai referensi oleh peneliti lain untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait suspek anemia dan menjadi acuan bagi pengembangan kuesioner deteksi dini anemia pada remaja putri dalam penelitian/uji diagnostik.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup materi pada penelitian ini dibatasi pada pembahasan mengenai hubungan asupan zat besi dan lama menstruasi dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo