

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang sering terjadi khususnya pada remaja, wanita usia subur dan wanita hamil. Prevalensi anemia di dunia pada usia 15 – 49 tahun sebesar 29% (WHO, 2015). Berdasarkan data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa proporsi anemia pada perempuan lebih tinggi yaitu (22.7%) dibandingkan laki – laki yaitu (20.3%). Adapun prevalensi anemia di Indonesia pada rentang usia 15 – 24 tahun yaitu sebesar 32% (Riskesdas, 2018). Prevalensi remaja yang mengalami anemia di Jawa Tengah pada tahun 2013 yaitu sebesar 30.4% (Kemenkes RI, 2013).

Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2014 melaksanakan pemeriksaan anemia pada remaja putri yang meliputi 12 sekolah yang terdapat di Kabupaten Sukoharjo. Pemeriksaan yang telah dilakukan tersebut didapatkan hasil bahwa 559 remaja putri atau sekitar 46.58% mengalami anemia dari total 1200 remaja putri yang diperiksa (Dinkes Sukoharjo 2014). Penelitian Suni (2016) yang dilakukan di SMK Negeri 1 Sukoharjo didapatkan prevalensi anemia 37,1% dari total 62 remaja putri yang diperiksa.

Remaja putri rentan terkena anemia karena remaja putri setiap bulannya mengalami menstruasi sehingga banyak zat besi yang hilang selama proses menstruasi. Selain itu masa pertumbuhan dan perkembangan yang tinggi mengakibatkan meningkatnya kebutuhan zat besi (WHO, 2011). Defisiensi zat besi disebut sebagai penyebab yang paling umum terjadinya anemia. Ada beberapa zat gizi lainnya yang

apabila defisit akan menyebabkan anemia, zat gizi tersebut diantaranya folat, vitamin B₁₂, dan vitamin A (WHO, 2020). Anemia yang sering terjadi pada remaja putri disebabkan karena defisiensi besi. Anemia defisiensi besi merupakan anemia yang diakibatkan karena rendahnya kadar zat besi didalam tubuh yang diperlukan dalam sintesis hemoglobin. Peningkatan kebutuhan zat besi pada remaja bisa diakibatkan karena infeksi cacing tambang, gangguan pendarahan atau kehilangan darah akibat dari menstruasi yang banyak (WHO, 2011). Hal ini sesuai dengan penelitian Junengsih (2017), mengenai hubungan asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Jakarta Timur terdapat adanya hubungan asupan zat besi dengan kejadian anemia. Hasil dari penelitian tersebut dapat diketahui 83.7% remaja putri mengalami anemia pada kategori asupan zat besi kurang.

Gejala yang biasanya pada penderita anemia meliputi lemah, letih, lesu, lelah, lunglai (Kemenkes, 2018). Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan anemia seperti status ekonomi keluarga, ketakutan akan kenaikan berat badan, dan kebiasaan makan yang tidak teratur (Balci *et al.*, 2012). Kebiasaan makan yang tidak teratur tersebut mengakibatkan defisiensi besi. Besi didalam tubuh disimpan dalam dua bentuk yaitu hemosiderin dan ferritin. suplai zat besi menuju transport protein apotransferin dapat terganggu apabila kadar tersebut berkurang. Kondisi tersebut menyebabkan turunnya transferrin dan peningkatan reseptor transferrin dalam sirkulasi dan permukaan sel. Akibat dari terganggunya transfer zat besi ke eritron mengakibatkan gangguan transfer zat besi keseluruhan tubuh (WHO, 2001). Hal tersebut sejalan dengan penelitian

yang dilakukan Shill *et al.* (2014), menyatakan bahwa anemia lebih banyak terjadi pada perempuan yang banyak disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi dari makanan hal tersebut didukung penelitian dari Tesfaye *et al.* (2015) yang menyatakan bahwa remaja putri dengan defisiensi zat besi berisiko 3.04 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan dengan remaja laki – laki.

Penyerapan besi diperlukan *enhancer* untuk membantu proses penyerapan, zat tersebut yaitu Vitamin C, Vitamin C berperan dalam penyerapan besi non heme, zat besi dari makanan akan diserap oleh vitamin C melalui pembentukan ferroaskorbat. Gabungan dari ferroaskorbat dan garam besi dapat meningkatkan penyerapan zat besi sekitar 20-50 %. Vitamin C juga dapat meningkatkan penyerapan zat besi non heme hingga empat kali lipat (Adriani & Wirjadmadi, 2012). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nair *et al.* (2013) yang menyatakan bahwa makanan tinggi vitamin C dapat meningkatkan penyerapan zat besi. Konsumsi vitamin yang bersumber dari buah – buahan seperti jambu biji dapat meningkatkan penyerapan zat besi hingga dua kali lipat pada remaja putri. Penelitian yang dilakukan Pradanti (2015) tentang hubungan asupan zat besi dan vitamin C dengan kadar hemoglobin pada remaja putri salah satu SMP di Brebes terdapat adanya hubungan antara asupan vitamin C dengan kejadian anemia. Asupan vitamin C dalam kategori defisit tingkat berat ditemukan pada responden sebesar 81.81% dalam kondisi anemia ringan.

Pemeriksaan untuk menegakkan diagnosis anemia ini menggunakan pemeriksaan laboratorium yang meliputi pemeriksaan

darah rutin serta pemeriksaan indeks eritrosit. Namun, dikarenakan keterbatasan kondisi akibat dari pandemi COVID-19 dan demi keamanan dan kesehatan sampel penelitian maka penelitian ini menggunakan kuisioner deteksi dini tanda – tanda anemia sebagai pengganti pemeriksaan laboratorium namun tidak dapat menetapkan status anemia, untuk itu sampel hanya sebatas suspek saja. Hasil penelitian Djatmika (2021) dari 626 remaja putri di Kota Sukoharjo sebesar 37.53% mengalami suspek anemia. Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan diatas penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan asupan zat besi dan vitamin C pada siswi SMA dan SMK Negeri di Kabupaten Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut : “ Apakah terdapat hubungan antara asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian suspek anemia pada Remaja Puteri di Kabupaten Sukoharjo?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian suspek anemia pada remaja puteri di Kabupaten Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan asupan zat besi pada remaja puteri di Kabupaten Sukoharjo.

- b. Mendeskripsikan asupan vitamin C 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 asupan vitamin C dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan dalam mengidentifikasi masalah gizi yang ada pada remaja.

2. Bagi Siswi

Hasil penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan dan informasi mengenai tingkat asupan Zat Besi dan Vitamin C hubungannya dengan anemia pada remaja sehingga siswi dapat memperbaiki asupan zat besi dan vitamin C sesuai dengan kebutuhan serta dapat mengetahui siswi masuk dalam kategori suspek anemia atau tidak.

3. Bagi pihak sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan pihak sekolah untuk menanggulangi masalah anemia yang terjadi dengan cara memperhatikan siswinya yang mengalami gejala anemia karena dapat berpengaruh terhadap prestasi belajar. Serta dapat membuat

program kesehatan yang dilakukan secara rutin yaitu berupa pemberian tablet tambah zat besi guna mencegah terjadinya anemia.

E. Ruang Lingkup Penelitian

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