

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang paling umum dan sulit ditangani secara global. *World Health Organization* (WHO) menyatakan prevalensi anemia global pada wanita usia subur sebanyak 29,9% (WHO, 2019). Di Indonesia memiliki prevalensi anemia kategori yang tinggi dibuktikan dengan data Riskesdas (2013) prevalensi anemia pada remaja putri usia 5-14 tahun sebesar 26,4% usia 15-24 tahun sebesar 18,4%, sedangkan menurut data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa proporsi anemia pada usia 5-14 tahun sebesar 26,8%, usia 15-24 tahun sebesar 32%. Menurut Kemenkes RI (2013) prevalensi remaja putri yang mengalami anemia di Jawa Tengah pada Tahun 2013 yaitu sebesar 30,4%, sedangkan prevalensi anemia di Kabupaten Sukoharjo tahun 2015 masih tergolong tinggi yaitu 28,08% (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2015).

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa anemia merupakan suatu kondisi jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis beragam tergantung usia, jenis kelamin, letak geografis, perilaku merokok, dan berbagai tahapan dalam kehamilan. Risiko paling tinggi terjadinya anemia yaitu pada remaja putri dibandingkan remaja putra, karena remaja putri

setiap bulannya mengalami menstruasi sehingga banyak zat besi yang hilang selama proses menstruasi (WHO, 2011). Suspek anemia merupakan suatu kondisi seseorang yang memiliki tanda-tanda anemia tanpa pemeriksaan hemoglobin dan serum ferritin tetapi menggunakan kuisisioner deteksi dini tanda-tanda anemia (Djatkika, 2021).

Anemia pada remaja berdampak menurunkan konsentrasi, memori, dan kinerja otak pada remaja, serta terhambatnya pertumbuhan fisik, menstruasi pertama, menurunnya kekebalan tubuh dan prestasi belajar. Seseorang yang mengalami anemia dapat menyebabkan menurunnya perilaku motorik, kognitif maupun sosioemosional dan memberikan resiko jangka panjang pada fungsi otak yang berpengaruh pada prestasi belajar (WHO, 2011;Georgieff, 2011).

Anemia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya, konsumsi zat besi, pendidikan, usia, gizi ,pola makan, dan status ekonomi. Seseorang yang mengalami gangguan penyerapan atau malabsorpsi, kekurangan gizi, dan pola makan tidak seimbang akan menyebabkan terjadinya anemia (Hidayah, 2016). Pola makan yang tidak teratur dan tidak seimbang adalah salah satu faktor penyebab terjadinya anemia. Pada remaja putri, persepsi citra tubuh dapat menjadi salah satu hal yang dapat mempengaruhi perilaku makan. Ketidakpuasan terhadap tubuh sendiri merupakan penyebab

perilaku makan pada remaja terganggu (Schuck *et al.*, 2018).

Remaja putri memiliki resiko yang tinggi mengalami anemia dikarenakan kekurangan asupan nutrisi. Banyak remaja putri yang masih memiliki pola makan yang kurang tepat, sehingga asupan zat besi yang dikonsumsi masih relatif rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Sukartiningsih dan Mega (2018) menyatakan ada hubungan yang signifikan pola makan dengan kejadian anemia. Penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Yunita (2011) yang mengatakan bahwa ada hubungannya antara kejadian anemia pada remaja putri dengan konsumsi makanan penghambat. Hal ini sejalan dengan penelitian Evawany dan Albiner (2017) yang menyatakan terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia, namun tanpa disadari oleh remaja putri pola makan yang kurang sehat misalnya makanan yang siap saji dapat mengakibatkan kejadian anemia. Dalam penelitian lain menyebutkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Pilihan makanan yang buruk dan makan yang tidak teratur berpengaruh tidak memadainya asupan makanan dan nutrisi zat besi sehingga mengakibatkan remaja mengalami anemia defisiensi besi (Gaffar, 2018).

Asupan protein merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya anemia. Protein adalah bagian dari semua sel hidup dan merupakan bagian terbesar tubuh setelah air. Protein

memiliki fungsi khas yang tidak dapat digantikan oleh zat lain, yaitu membangun serta memelihara sel-sel dan jaringan tubuh (Almatsier, 2009). Penelitian yang dilakukan Soedijanto, *et al* (2015) menyatakan terdapat hubungan signifikan asupan protein dengan kejadian anemia, berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kurangnya konsumsi protein dapat meningkatkan kemungkinan mengalami anemia. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang lain Sholica dan Lailatul (2019) yang menyatakan bahwa asupan protein berhubungan dengan kejadian anemia, semakin rendah asupan protein yang dikonsumsi maka resiko mengalami anemia lebih tinggi.

Penelitian yang dilakukan Purba, *et al* (2019); Sari *et al* (2016) menyatakan bahwa asupan protein berhubungan dengan kejadian anemia. Remaja putri dengan konsumsi protein yang baik akan beresiko lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang asupan proteinnya kurang. Hasil penelitian Djatmika (2021) 626 remaja putri di Kota Sukoharjo sebesar 37,53% mengalami suspek anemia.

Berkaitan dengan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara pola makan dan asupan protein dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola makan dan asupan protein dengan kejadian suspek anemia.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan tersebut, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut “Apakah Terdapat Hubungan Pola Makan dan Asupan Protein dengan Kejadian Suspek Anemia Pada Remaja Putri di Kabupaten Sukoharjo?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini ,yaitu untuk mengetahui Hubungan pola makan dan asupan protein dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan asupan protein pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- b. Mendeskripsikan pola makan pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- c. Mendeskripsikan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- d. Menganalisis hubungan asupan protein dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.
- e. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.

D. Manfaat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Bagi Siswi

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai tentang penilaian terhadap kejadian suspek anemia, sehingga memudahkan siswi untuk melakukan penilaian terhadap diri sendiri apakah mengalami suspek anemia atau tidak dan merubah pola makan remaja menjadi baik.

2. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi data tentang siswi yang mengalami kejadian suspek anemia sehingga dapat dijadikan bahan untuk memberikan edukasi tentang anemia.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menambah dan mengembangkan wawasan tentang kejadian suspek anemia pada remaja putri dan dapat dijadikan acuan untuk penelitian selanjutnya.