

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa peralihan anak-anak menuju masa dewasa yaitu termasuk remaja . Pada masa ini remaja akan mengalami tumbuh kembang pesat pada fisik, kognitif, dan psikologis sehingga kebutuhan gizi pada remaja terpengaruh. Selain itu akan timbul masalah Kesehatan terutama pada gizi mereka misalnya obesitas akibat makan berlebihan, anemia, dan malnutrisi (Sari. dkk, 2022). Remaja perempuan berisiko terkena anemia karena mengonsumsi makanan yang tidak sehat. Misalnya melewatkan sarapan, mengurangi minum air putih, serta konsumsi makanan yang kurang beragam sehingga kebutuhan protein, karbohidrat, vitamin, dan mineral rendah. Anemia merupakan masalah mikronutrien yang perlu segera diatasi karena dapat mempengaruhi pembelajaran, kekuatan dan stunting. Anemia pada remaja putri harus ditindaklanjuti sesegera mungkin karena anemia menjadi salah satu penyebab tingginya kematian prenatal dan ibu serta tingginya insiden bayi berat lahir rendah (Alfani dan Nuriannisa, 2022).

Menurut data Statistik Kesehatan Dunia 2021 dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada wanita masa subur (15-49) di seluruh dunia pada 2019 sebesar 29,9 %, dibandingkan dengan prevalensi anemia pada wanita tidak hamil usia 15-49 tahun adalah 29,6% yang termasuk kategori usia remaja (WHO, 2021). Berdasarkan hasil survei Kesehatan Dasar Balitbangkes Indonesia tahun 2018 prevalensi anemia remaja putri pada kelompok usia 15-24 tahun sebesar 27,2% (Balitbangkes RI, 2018). Menurut hasil laporan Dinkes Provinsi Bali tahun 2018, anemia pada remaja putri meningkat

masing-masing sebesar 28,5%, 36,3%, dan 38,6% dari tahun 2016 ke tahun 2018, meskipun telah dilakukan pengenalan suplementasi zat besi dalam program pemberian tablet tambah darah (TTD) yang mengalami peningkatan setiap tahunnya yaitu 30,7% pada tahun 2016, 73,11% pada tahun 2017 dan 92,61% pada tahun 2018 (Dinkes Provinsi Bali, 2018).

Masalah yang paling umum pada remaja yaitu munculnya masalah anemia. Hal ini menyebabkan kurangnya fungsi kognitif, rendahnya kemampuan akademik dan kurangnya kinerja fisik pada remaja, anemia menurunkan produktivitas, sedangkan kemampuan akademik menurun pada remaja usia sekolah. Khususnya pada remaja putri, gangguan kesehatan ini dapat berlanjut bahkan setelah pubertas, saat remaja mengalami menstruasi yang diikuti dengan kehamilan dan menyusui. Gangguan kesehatan akibat anemia mungkin tidak langsung muncul, namun bisa berlangsung lama dan memengaruhi kehidupannya di masa depan. Anemia pada remaja putri dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan, kelelahan, peningkatan kerentanan terhadap infeksi, dan fungsi kognitif. Kekurangan zat besi dan anemia yang berlanjutan hingga dewasa dapat menimbulkan risiko pada kehamilan dan bayi. Oleh karena itu, remaja putri dianjurkan agar mengkonsumsi suplemen zat besi untuk memenuhi kebutuhan zat besinya selama hamil (Fauziah, dkk, 2022).

Ada dua factor penyebab anemia seperti faktor gizi dan faktor non gizi. Pada gizi faktor yang berkaitan dengan asupan nutrisi yang dikonsumsi yaitu asupan zat besi, asam folat, vitamin B12, vitamin C, asupan energi dan protein (Alfani dan Nuriannisa, 2022). Faktor non gizi, pada siklus menstruasi yang abnormal dan penurunan produksi sel darah bisa berkaitan . Menstruasi merupakan salah satu

tanda biologis yang berhubungan dengan pubertas, kesuburan, kesehatan tubuh bahkan perubahan bentuk tubuh. Menstruasi merupakan salah satu penyebab kurang gizi karena darah yang masih mengalir selama menstruasi membutuhkan zat gizi yang paling penting yaitu zat besi. Kebiasaan konsumsi remaja menyebabkan kekurangan zat besi karena remaja putri ingin membentuk tubuh yang ideal dengan membatasi asupan harian yang berujung pada kekurangan zat besi. Dalam jangka panjang, kekurangan zat besi menyebabkan kadar Hb rendah dan menyebabkan masalah gizi lainnya seperti anemia (Fauziah, dkk, 2022).

Protein memiliki peran penting pada pembentukan sel darah, terutama eritrosit dan hemoglobin, serta pengangkutan zat besi guna membentuk sel darah di dalam sumsum tulang (Alfani dan Nuriannisa, 2022). Asupan protein yang tidak memadai menyebabkan penghambatan transportasi zat besi, dan menyebabkan defisiensi zat besi dengan risiko anemia (Rahayu, dkk, 2019). Sebuah studi oleh Thamrin dan Masnilawati (2021) mengatakan bahwa asupan protein rendah juga kadar hemoglobin dalam darah ikut rendah. Hal ini sesuai dengan penelitian Sholihah, dkk, (2019) yang menunjukkan bahwa responden yang tidak anemia cenderung mempunyai asupan protein lebih tinggi sedangkan responden yang anemia cenderung asupan proteinnya lebih rendah (Alfani dan Nuriannisa, 2022).

SMK Negeri 1 Klungkung merupakan salah satu SMA/SMK yang memiliki jumlah siswa terbanyak yaitu 504 siswa, dimana terdapat 241 berjenis kelamin laki-laki, dan 263 berjenis kelamin perempuan. UPTD Puskesmas Klungkung 1 memiliki salah satu program untuk anak sekolah yaitu Program Penjarangan Kesehatan Anak Sekolah, dimana pada program tersebut SMK Negeri 1 Klungkung menjadi sasarannya yang dilaksanakan pada 2021. Anemia menjadi salah satu kasus

yang diperoleh dalam program tersebut. Berdasarkan data prevalensi anemia dari UPTD Puskesmas Klungkung 1 (2021) diketahui bahwa terdapat 6,84% (18 siswi) mengalami anemia. Bila dilihat dari jumlah absolut SMK Negeri 1 Klungkung merupakan sekolah yang memiliki kasus anemia tertinggi di wilayah kerja UPTD Klungkung 1. Berdasarkan uraian tersebut penulisan ini bertujuan untuk menggambarkan kejadian anemia dan tingkat konsumsi protein hewani pada siswi di SMK Negeri 1 Klungkung.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, masalah yang akan diteliti dalam tugas akhir ini dirumuskan “bagaimanakah gambaran tingkat konsumsi protein hewani status gizi dan status anemia pada siswi di SMK Negeri 1 Klungkung?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui gambaran tingkat konsumsi protein hewani, status gizi dan status anemia pada siswi di SMK Negeri 1 Klungkung.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi anemia pada siswi.
- b. Mengidentifikasi tingkat konsumsi protein hewani pada siswi.
- c. Mengidentifikasi status gizi pada siswi.
- d. Menggambarkan keterkaitan antara status anemia dan tingkat konsumsi protein hewani pada siswi di SMK Negeri 1 Klungkung.
- e. Menggambarkan keterkaitan antara status anemia dan status gizi pada siswi di SMK Negeri 1 Klungkung.

## **D. Manfaat**

### **1. Manfaat praktis**

Secara praktis, diharapkan hasil pengamatan ini dapat digunakan untuk memberikan pengetahuan dan menjelaskan informasi yang benar kepada remaja putri tentang pentingnya gambaran tingkat konsumsi protein hewani status gizi dan status anemia pada siswi di SMK Negeri 1 Klungkung.

### **2. Manfaat teoritis**

Secara teoritis, hasil pengamatan ini bisa bermanfaat dan menambah pengetahuan serta pemahaman khusus di bidang kesehatan dan bidang gizi, serta menjadi referensi bagi peneliti yang ingin melakukan pengamatan lebih lanjut yang berkaitan dengan gambaran tingkat konsumsi protein hewani status gizi dan status anemia pada siswi di SMK Negeri 1 Klungkung.