

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anemia adalah kondisi tubuh yang ditandai dengan hasil pemeriksaan kadar *hemoglobin* (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Remaja putri yang mengalami anemia dapat berlanjut menjadi ibu hamil yang anemia. Menurut WHO prevalensi anemia wanita usia subur pada tahun 2023 mencapai 30,7% (naik dari 27,6% pada tahun 2012) (WHO, 2025).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi anemia pada wanita usia subur di Indonesia mengalami peningkatan dari 21,7% pada tahun 2013 menjadi 32% pada tahun 2018. Berdasarkan SKI 2023, pada kelompok usia 15-24 tahun, prevalensi anemia mencapai 15,5% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023) dalam (Ilmawari et al., 2025).

Data Dinas Kesehatan Provinsi Maluku menunjukkan prevalensi anemia remaja putri mencapai 29,9% pada tahun 2024. Hasil penelitian dari Rifah Zafarani Soumena, dkk tahun 2024, wanita usia 18-40 tahun yang berdomisili di Kota Tual, Gugusan Pulau Kei Provinsi Maluku yang mengalami anemia ($Hb < 12\text{mg/dl}$) sebanyak 35% (Rifah Zafarani Soumena, 2024). Sedangkan data Puskesmas Tayando tahun 2024 menunjukkan angka 66% ibu hamil dengan anemia dan 28% remaja putri yang mengalami anemia. Sedangkan untuk status gizi remaja putri tahun 2024, remaja putri yang mengalami gizi kurang (*thinness*) sebanyak 8,7%.

Anemia pada remaja putri disebabkan oleh kebutuhan terhadap besi meningkat, karena remaja putri berada dalam fase pertumbuhan yang cepat dan mempunyai aktivitas yang lebih banyak. Selain itu, perempuan memiliki siklus menstruasi bulanan, yang meningkatkan kebutuhan zat besinya. Faktor lain yang memengaruhi anemia antara lain langsung (asupan gizi, infeksi, status gizi, menstruasi) dan tidak langsung (sosial ekonomi, pendidikan, tingkat pengetahuan) serta zat yang menghambat penyerapan zat besi yang ditemukan dalam makanan (Monika et al., 2024).

Remaja putri juga mendapatkan suplementasi tablet tambah darah yang diberikan 1 (satu) tablet setiap minggu sepanjang tahun. Sasaran semua remaja putri kelas 7-12 atau usia 12-18 tahun secara *blanket approach* tanpa melihat status anemia. Bertujuan untuk mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh.

Provinsi Maluku, khususnya wilayah kepulauan seperti Desa Tayando Yamtel, memiliki karakteristik diet yang unik, dikarenakan akses memperoleh bahan pangan yang sulit. Bahan pangan pokok masyarakat Tayando Yamtel sangat bergantung pada enbal, pangan lokal hasil olahan ubi kayu pahit (*Manihot esculenta Crantz*). Meskipun enbal vital bagi ketahanan pangan, ubi kayu memiliki densitas zat besi yang rendah (Montagnac et al., 2009) dalam (Dwijayanti & Rumaf, 2023).

Penelitian Augustyn (2017) menunjukkan bahwa enbal didominasi oleh karbohidrat (85%) namun sangat miskin protein (0,62%) dan zat besi. Konsumsi enbal sebagai bahan pokok sering didampingi dengan teh atau kopi sebagai pelengkap, hal ini dikarenakan saat musim tertentu masyarakat mengalami kesulitan mencari ikan.

Konsumsi enbal sebagai makanan pokok tanpa diversifikasi lauk pauk sumber hewani (seperti ikan atau daging) yang memadai berpotensi menyebabkan defisit asupan zat besi kronis. Selain itu, ubi kayu mengandung zat antinutrisi berupa asam fitat dan sisa sianida (jika fermentasi tidak sempurna) yang dapat mengganggu metabolisme mineral (Anshory, 2023).

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan gambaran ilmiah mengenai pangan lokal dengan judul “Hubungan kontribusi konsumsi energi dan protein enbal dengan kadar hemoglobin remaja putri di desa Tayando Yamtel Kota Tual Maluku”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut bagaimana “Hubungan kontribusi konsumsi energi dan protein enbal dengan kadar hemoglobin remaja putri di desa Tayando Yamtel Kota Tual Maluku?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan kontribusi konsumsi energi dan protein enbal dengan kadar hemoglobin remaja putri di desa Tayando Yamtel Kota Tual Maluku.

2. Tujuan khusus

- a. Mengukur kadar hemoglobin remaja putri di desa Tayando Yamtel.
- b. Menilai kontribusi konsumsi energi enbal remaja putri di desa Tayando Yamtel.
- c. Menilai kontribusi konsumsi protein enbal remaja putri di desa Tayando Yamtel.

- d. Menganalisis hubungan kontribusi konsumsi energi enbal dengan kadar hemoglobin remaja putri di desa Tayando Yamtel.
- e. Menganalisis hubungan kontribusi konsumsi protein enbal dengan kadar hemoglobin remaja putri di desa Tayando Yamtel.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan tentang hubungan kontribusi konsumsi energi dan protein enbal dengan kadar hemoglobin remaja putri dan menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya, serta menyediakan data lokal spesifik untuk wilayah desa Tayando Yamtel.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini bermanfaat bagi tenaga kesehatan untuk merumuskan intervensi gizi, memberikan edukasi kepada masyarakat tentang konsumsi yang baik, mendukung pemerintah dalam menyusun kebijakan dalam produk pangan lokal, serta meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai tingkat konsumsi yang baik.