

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi utama yang masih dihadapi oleh pemerintah Indonesia. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013) terdapat 21,7% penduduk dengan kadar hemoglobin yang kurang dari batas normal dengan proporsi 20,6% di perkotaan dan 22,8% di pedesaan serta 18,4% laki-laki dan 23,9% perempuan (Tarigan 2018). WHO (2008) menunjukkan bahwa penduduk dunia yang menderita anemia adalah 1,62 miliar orang dengan prevalensi untuk usia pra sekolah 47,4%, usia sekolah 25,4%, wanita usia subur 30,2% dan pria 12,7% (Adriani, dkk 2012).

Anemia defisiensi besi sering terjadi pada remaja, karena kebutuhan zat besi yang tinggi untuk pertumbuhan. Gejala anemia biasanya sering mengalami pusing, cepat merasa lelah, tidak bertenaga atau bergairah dalam beraktivitas. Remaja puteri menjadi rentan terhadap anemia sebab remaja puteri mengalami siklus menstruasi. Ketidakseimbangan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. Remaja puteri biasanya sangat memperhatikan bentuk tubuh, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makanan dan banyak pantangan terhadap makanan (Budiman, dkk. 2016).

Anemia gizi dapat disebabkan karena kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin yaitu zat besi, protein, vitamin C (Indartanti, 2014). Prevalensi pada remaja putri dengan konsumsi protein kurang (82,8%), zat besi kurang (75,0%), vitamin B12 kurang 71,4% dan konsumsi vitamin C kurang

72,7% (Syatriani, dkk 2010). Hasil penelitian Kusumajaya, dkk (2007) dalam Sada, dkk (2012) menjelaskan bahwa persepsi remaja terhadap *body image* dapat menentukan pola makan serta status gizinya. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara persepsi *body image* terhadap frekuensi makan, dimana semakin negatif persepsi *body image* (menganggap diri gemuk) maka akan cenderung mengurangi frekuensi makannya.

Berbagai studi menunjukkan dampak negative dari anemia akibat kekurangan zat gizi besi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak dan remaja. Anemia pada remaja menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan tidak optimal dan menurunkan prestasi belajar karena rasa cepat lelah, kehilangan gairah dan tidak dapat berkonsentrasi. Sedangkan pada remaja penderita anemia, sebagai calon ibu yang akan melahirkan generasi penerus bangsa, anemia akan menyebabkan tingginya resiko untuk melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR) yang mempunyai kualitas hidup yang tidak optimal (Fikawati, dkk. 2009). Upaya suplementasi tablet tambah darah di Indonesia diatur dalam buku Pedoman Penanggulangan Anemia Gizi Untuk Remaja Putri dan Wanita Usia Subur yang diterbitkan oleh Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2006. Dalam pedoman tersebut disebutkan bahwa kegiatan Suplementasi TTD dilakukan secara mandiri sebanyak 13 tablet/bulan di mulai dari bulan agustus 2016 di dukung oleh Surat Edaran Kementerian Kesehatan RI No. GK.01.02/V.3/004/2016 dan dianjurkan minum satu tablet setiap hari selama masa menstruasi. Kebijakan ini tidak memberikan hasil yang optimal karena peningkatan prevalensi anemia di dasarkan pada peningkatan prevalensi anemia pada remaja khususnya pada remaja putri. (Risva & Rahfiludin, 2016).

SMA Negeri I Kediri, Tabanan belum pernah dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin siswi tetapi setiap minggunya siswi mendapat 1 tablet tambah darah, yang rutin diberikan setiap hari Senin oleh petugas puskesmas, untuk remaja yang sedang haid diberikan TTD untuk dibawa pulang dan dianjurkan untuk dikonsumsi selama haid.

Berdasarkan Data Riskesdas tahun 2013 prevalensi anemia sebanyak 27,1%. Hal ini menunjukkan bahwa masalah anemia khususnya pada wanita masih cukup tinggi. Sehingga, dengan pengetahuan gizi yang kurang mengenai asupan makanan yang baik, ditambah dengan persepsi *body image* yang dipengaruhi oleh diet ketat dan pola makan yang buruk akan berdampak pada masalah anemia defisiensi zat besi. Zat besi (Fe) merupakan mineral yang sangat penting bagi tubuh meskipun dibutuhkan sangat sedikit (*trace mineral*) (Sada, dkk. 2012).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana gambaran pola konsumsi dan status anemia pada siswi di SMA Negeri 1 Kediri, Tabanan ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui gambaran pola konsumsi dan status anemia siswi di SMA Negeri 1 Kediri, Tabanan.

2. Tujuan khusus

- a. Menghitung persentase anemia siswi di SMA Negeri 1 Kediri, Tabanan.
- b. Menentukan jenis bahan makanan yang dikonsumsi siswi di SMA Negeri 1 Kediri, Tabanan.
- c. Menentukan jumlah tingkat konsumsi protein, zat besi, vitamin c siswi di SMA Negeri 1 Kediri, Tabanan.
- d. Menentukan frekuensi penggunaan bahan makanan siswi di SMA Negeri 1, Kediri Tabanan.
- e. Menggambarkan pola konsumsi dan status anemia pada siswi di SMA Negeri 1 Kediri, Tabanan

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi yang benar serta masukan dalam rangka mencegah dan menanggulangi anemia pada siswi di SMA Negeri 1 Kediri, Tabanan.

2. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan penerapannya, khususnya di bidang gizi, instansi terkait dan bagi para peneliti lainnya yang ingin melakukan penelitian lebih dalam dan serius mengenai anemia pada remaja putri.