

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Anemia pada remaja merupakan anemia yang banyak disebabkan karena kurangnya asupan zat gizi yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin, yaitu zat besi (Fe), vitamin C dan tembaga. Zat besi diperlukan untuk membentuk bagian heme dari hemoglobin, vitamin C juga merupakan unsur esensial untuk pembentukan hemoglobin dan tembaga diperlukan untuk absorpsi besi dari traktus gastrointestinal. Anemia ditandai dengan gejala letih, lesu, pucat, tidak bertenaga, kurang selera makan dan tangan dan kaki dingin. Gejala-gejala tersebut harus segera diatasi agar tidak menimbulkan dampak yang lebih serius terhadap kualitas sumber daya manusia. Dampak anemia pada remaja antara lain menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan, menurunkan kemampuan fisik, menurunkan daya tahan tubuh dan produktivitas kerja serta kebugaran yang menurun. (Savitri, dkk, 2015)

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut World Health Organization (WHO, 2013), prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Menurut Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI, 2012), prevalensi penyakit anemia sebanyak 75,9% pada remaja putri. Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT, 2012) menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 50,5%. Data di Provinsi Bali dan Kabupaten Tabanan untuk prevalensi anemia remaja belum ada. Anemia dapat menyebabkan lekas lelah, konsentrasi belajar menurun sehingga prestasi belajar rendah dan dapat menurunkan produktivitas kerja. Di samping itu juga menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi. Prevalensi anemia yang tinggi dikalangan remaja jika tidak tertangani dengan baik akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah (Robertus, 2014 dalam Indriani, 2017)

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Oleh karena itu, sasaran program penanggulangan anemia gizi telah dikembangkan yaitu mencapai remaja putri SMP, SMA, dan sederajat, serta wanita diluar sekolah sebagai upaya strategis dalam upaya memutus simpul siklus masalah gizi.

Anemia adalah keadaan dimana massa eritrosit dan atau massa hemoglobin yang beredar tidak dapat memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Adapun hemoglobin (Hb) merupakan suatu protein yang berfungsi sebagai alat angkut oksigen. Batas Hb sangat dipengaruhi oleh: umur, jenis kelamin, ketinggian tempat tinggal dari permukaan laut, pola makan dan lain-lain. Adapun kriteria anemia pada wanita dewasa tidak hamil menurut WHO adalah Hb < 12 g/dl (Bakta, 2009 dalam Pramatha, 2016)

Konsumsi makanan merupakan faktor penyumbang terbesar yang mempengaruhi kadar hemoglobin dalam darah. Makanan adalah sumber zat gizi yang diperlukan oleh tubuh, salah satunya berperan dalam pembentukan hemoglobin. Peranan zat gizi yang penting pada dasarnya tidak diperhatikan secara serius oleh masyarakat, khususnya remaja. Remaja merupakan masa terjadinya transisi dari masa anak-anak menjadi dewasa. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang berlangsung cepat yang menyebabkan peningkatan kebutuhan zat gizi. Pertumbuhan dan perkembangan tersebut akan terganggu jika kebutuhan gizinya tidak tercukupi. Kebutuhan gizi yang tidak tercukupi pada remaja terjadi karena ketidakseimbangan asupan zat gizi pada konsumsi makanan. Konsumsi makanan remaja saat ini dipengaruhi oleh ketersediaan pangan dalam rumah tangga, lingkungannya, seperti teman dan media dalam memilih makanan yang cenderung mengikuti tren. Ditambah dengan kebiasaan makan yang salah seperti tidak menyukai / pantang terhadap suatu jenis makanan tertentu, sering mengonsumsi makanan siap saji, jarang sarapan dan kebiasaan minum teh. Anemia pada remaja merupakan anemia yang banyak disebabkan karena kurangnya asupan zat gizi yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin, yaitu energi, protein, zat besi (Fe), dan vitamin C. Energi diperlukan untuk pemberi tenaga, protein sebagai alat angkut zat besi ke seluruh tubuh, zat besi diperlukan untuk membentuk bagian heme dari hemoglobin, vitamin C juga merupakan unsur esensial untuk pembentukan hemoglobin (Savitri, dkk, 2015)

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk membuktikan hubungan antara asupan zat besi, vitamin C dan tembaga dengan kadar hemoglobin, seperti penelitian yang dilakukan oleh Purwitaningtyas tahun 2011 di Semarang menunjukkan bahwa semakin tinggi asupan zat gizi baik protein, vitamin A, vitamin C, dan zat besi maka semakin tinggi pula kadar hemoglobin yang berarti kejadian anemia semakin rendah

Ketersediaan pangan (*food availability*) dapat menentukan akses bagaimana asupan zat gizi pada seseorang terutama remaja putri. (Qusna, dkk, 2017). Status anemia pada remaja dipengaruhi oleh ketersediaan pangan, yang ditunjang dengan ketahanan pangan yang mencukupi. Ketersediaan pangan yang cukup dapat mempengaruhi konsumsi zat gizi pada remaja putri.

Latar belakang tersebut mendorong penulis untuk mengkaji lebih lanjut hubungan ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi dengan status anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.

B. Perumusan Masalah Penelitian

Apakah Ada Hubungan Ketersediaan Pangan dan Konsumsi Zat Gizi dengan Status Anemia Siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui Hubungan Ketersediaan Pangan dan Konsumsi Zat Gizi dengan Status Anemia Siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.

2. Tujuan khusus

- a. Menghitung proporsi anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.
- b. Mengidentifikasi ketersediaan pangan rumah tangga siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.
- c. Mengukur konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.

- d. Menganalisis hubungan ketersediaan pangan dengan konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.
- e. Menganalisis hubungan konsumsi zat gizi dengan status anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan atau kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapannya. Khususnya bagi instansi dan bagi para peneliti dapat digunakan sebagai referensi bagi penelitian yang berkaitan dengan status anemia yang dipengaruhi oleh ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan tentang anemia yang dipengaruhi oleh ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi serta kontribusi ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi yang cukup dalam mengurangi kejadian anemia.