

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di Indonesia masih terdapat berbagai macam masalah gizi. Pada kasus kekurangan gizi, remaja menghadapi risiko lebih besar dibandingkan orang dewasa, karena masa remaja adalah masa pertumbuhan seseorang. Kekurangan konsumsi makanan baik secara kuantitatif maupun kualitatif, akan menyebabkan gangguan proses metabolisme tubuh, yang mengarah pada timbulnya suatu penyakit. Remaja pada umumnya harus mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam, kekurangan zat gizi pada jenis makanan yang satu akan dilengkapi oleh zat gizi dari makanan lainnya. Bagi remaja, makanan merupakan suatu kebutuhan pokok untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya. (Carson, 2008).

Tubuh sangat memerlukan mikronutrien yang diperlukan oleh manusia khususnya remaja. Tubuh memerlukan semua zat gizi yang memadai untuk dapat tumbuh dengan baik. Salah satu zat gizi mikro yang erat kaitannya dengan *stunting* dan anemia adalah *zinc*. Menurut WHO (2004) defisiensi *zinc* merupakan satu dari 10 faktor penyebab kematian pada anak-anak di negara sedang berkembang dan defisiensi *zinc* dapat menyebabkan 40% anak menjadi malnutrisi, salah satunya yaitu *stunting*. *Zinc* dalam tubuh akan sangat mempengaruhi kekebalan tubuh, sehingga berperan penting dalam pencegahan infeksi oleh berbagai jenis bakteri patogen, dan apabila kekurangan asupan *zinc* dampaknya adalah keterlambatan pertumbuhan (Almatsier, 2005).

Anak yang mengalami hambatan dalam pertumbuhan disebabkan kurangnya asupan makanan yang memadai dan penyakit infeksi yang berulang,

dan meningkatnya kebutuhan metabolik serta mengurangi nafsu makan, sehingga meningkatnya kekurangan gizi pada anak. Keadaan ini semakin mempersulit untuk mengatasi gangguan pertumbuhan yang akhirnya berpeluang terjadinya *stunted* (Allen and Gillespie, 2001).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) prevalensi *stunting* di Indonesia tahun 2013 adalah 37,2%, terjadi peningkatan dibandingkan tahun 2010 (36,6%) dan 2007 (36,8%). Prevalensi *Stunting* pada tahun 2013 di Bali adalah 40,99%. Masalah kesehatan masyarakat dianggap berat bila prevalensi pendek sebesar 30-39% dan serius bila prevalensi pendek $\geq 40\%$ (WHO, 2010). Dalam menentukan klasifikasi gizi kurang dengan *stunting* dengan penilaian Z-score, dan pengukuran pada remaja berdasarkan tinggi badan menurut Umur (TB/U) Standar baku WHO-NCHS berikut (WHO, 2006).

Keadaan *stunting* merupakan indikator adanya malnutrisi sebagai dampak dari kurangnya asupan zat nutrisi, sehingga memiliki resiko 2,7 kali lebih besar akan mengalami masalah hemodinamik seperti anemia. Selain itu gangguan gastrointestinal pada remaja malnutrisi membuat penyerapan zat nutrisi ikut berkurang dan menambah buruknya anemia, sehingga pertumbuhan linier anak-anak juga ikut terganggu (Muchie, 2016). Salah satu nutrisi yang menurun bahkan hilang pada anak dengan masalah gizi *stunting* dan anemia adalah zinc. Jika pemenuhan nutrisi tersebut tidak segera dicukupi maka dapat menimbulkan masalah kesehatan anemia yang akan semakin buruk (Brazier, 2017).

Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2014). Berdasarkan Data

Riskesdas tahun 2016 di Provinsi Bali, prevalensi anemia sebanyak 27,1%. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Kemenkes RI, 2013).

Remaja putri rentan terkena anemia. Hal ini disebabkan kebutuhan zat besi pada remaja putri yang sudah menstruasi adalah tiga kali lebih besar. Menstruasi akan mengakibatkan terjadinya anemia pada remaja putri karena berkurangnya sel darah merah (hemoglobin) yang hilang dalam jumlah yang banyak saat menstruasi. Selain itu anemia pada remaja putri dapat mempengaruhi pertumbuhan fisik serta kesehatan reproduksi (Okezone, 2013).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMP Negeri 2 Ubud pada bulan Mei 2019 dengan mengambil sampel diperoleh hasil *stunting* sebanyak 15% dari 20 orang sampel.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu, apakah terdapat hubungan konsumsi *zinc* dengan *stunting* dan anemia gizi pada Siswi SMP Negeri 2 Ubud ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum :

Mengetahui hubungan konsumsi *zinc* dengan *stunting* dan anemia gizi pada Siswi SMP Negeri 2 Ubud

2. Tujuan khusus :

- a. Menghitung prevalensi anemia gizi pada Siswi SMP Negeri 2 Ubud
- b. Menghitung prevalensi *stunting* pada Siswi SMP Negeri 2 Ubud

- c. Menilai konsumsi *zinc* pada Siswi di SMP Negeri 2 Ubud
- d. Menganalisis hubungan konsumsi *zinc* dengan *stunting* pada Siswi SMP 2 Negeri Ubud
- e. Menganalisis hubungan *stunting* dengan anemia gizi pada Siswi SMP Negeri 2 Ubud

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber bacaan dan referensi serta digunakan sebagai tolak ukur tentang pentingnya konsumsi *zinc* dengan *stunting* dan anemia gizi pada remaja putri agar mencapai pertumbuhan yang optimal.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi informasi tambahan bagi para remaja untuk mengatur pola konsumsi dan digunakan sebagai acuan yang bermanfaat dalam memilih makanan yang sehat sehingga tidak merugikan diri sendiri.