

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja putri adalah salah satu kelompok yang rawan mengalami defisiensi zat gizi besi (Fe) karena setiap bulan mengalami menstruasi sehingga beresiko kehilangan banyak darah yang dapat menyebabkan anemia (Herwandar & Soviyati, 2020). Anemia adalah keadaan menurunnya jumlah eritrosit yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin, hematokrit dan hitung eritrosit. Secara universal, *Iron Deficiency Anemia* (IDA) adalah masalah gizi paling umum yang mempengaruhi sekitar 2 miliar orang di dunia dengan angka sekitar 89% yang berada di negara berkembang. Di negara berkembang, IDA adalah masalah kesehatan umum yang menyerang bayi, anak prasekolah dan sekolah karena tingkat pertumbuhannya yang cepat disertai dengan penyimpanan zat besi yang habis, kondisi hidup yang buruk dan pola makan yang tidak memadai (Youssef, Hassan, & Yasien, 2020).

Angka Prevalensi anemia di Indonesia masih cukup tinggi secara nasional pada semua kelompok umur dengan prevalensi sebanyak 21,70 % (Priyanto, 2018). Hasil Survei Tahun 2007 prevalensi anemia sebanyak 27,7% pada anak usia 1- 4 tahun, 9,4% pada usia 5-14 tahun dan 6,9% pada usia 15-24 tahun. Terjadi peningkatan prevalensi dibandingkan dengan survei sebelumnya yang dilakukan pada tahun 2013 oleh Survei Kesehatan Nasional yaitu pada anak usia 1-4 tahun 28,1%, 5-14 tahun 26,4%, dan 15-24 tahun

18,4%. Penelitian Riskesdas (2013), prevalensi remaja putri anemia sebesar 37,1%, mengalami peningkatan menjadi 48,9% pada Riskesdas 2018, dengan proporsi anemia pada kelompok umur 15- 24 tahun dan 25- 34 tahun (Riskesdas, 2018). Persentase prevalensi anemia di Provinsi Jawa Tengah yaitu 57,7% dan masih menjadi masalah kesehatan masyarakat karena persentasenya >20%. Penelitian sebelumnya di Kota Semarang menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri di SMAN 2 Semarang sebesar 36,7%. Anemia pada perempuan cenderung lebih tinggi (23,9%) dibandingkan dengan laki – laki (18,4%) (Kemenkes RI, 2013). Hal ini menyebabkan anemia menjadi salah satu masalah kesehatan utama di kalangan remaja putri di Indonesia.

Anemia defisiensi zat besi pada masa remaja putri akan berdampak negatif pada kondisi kesehatan terutama untuk masa depan nanti. Dampak jangka panjang anemia pada remaja putri terutama pada masa kehamilan nanti yaitu berisiko menyebabkan kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), komplikasi penyakit bahkan kematian pada ibu dan anak (WHO, 2008). Berdasarkan penelitian Briawan (2011), dampak terjadinya anemia pada remaja putri adalah menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, terganggunya pertumbuhan sel tubuh dan sel otak, pucat, letih, lesu dan cepat lelah sehingga dapat menurunkan prestasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebugaran serta kesehatan tubuh. Selain itu, anemia pada remaja akan berdampak pada gangguan pertumbuhan sehingga tinggi badan dan berat badan tidak mencapai normal (Herwandar & Soviyati, 2020).

Salah satu faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja putri adalah asupan protein yang rendah. Semakin rendah tingkat konsumsi protein maka semakin lebih beresiko untuk menderita anemia (Darma, I. B. I., 2019). Protein berperan dalam transportasi zat besi yang merupakan komponen utama pembentukan haemoglobin sehingga kurangnya asupan protein dapat menyebabkan transportasi zat besi terhambat yang mengakibatkan anemia (Almatsier, 2009). Bahan makanan hewani merupakan sumber protein yang baik, dalam jumlah maupun mutunya, seperti telur, susu, daging, unggas, ikan, dan kerang. Mutu protein bahan makanan hewani lebih tinggi dari makanan nabati. Selain itu, beberapa faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja diantaranya yaitu faktor langsung (penyakit infeksi, status gizi dan menstruasi). Sedangkan faktor tidak langsung yaitu sosial ekonomi, pendidikan dan tingkat pengetahuan (Dieny, 2014).

Protein hewani memiliki ketersediaan biologis (bioavailability) sehingga protein hewani dapat mencegah terjadinya anemia. Penelitian yang dilakukan oleh Darma, I. B. I. (2019), menunjukkan Terdapat hubungan bermakna antara asupan protein hewani dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 1 Ubud.. Penelitian lain yang sejalan dengan penelitian tersebut adalah Nurhayati (2018), ada hubungan antara konsumsi makanan protein hewani dengan kadar hemoglobin ibu hamil dan secara statistik signifikan ($p=0,001$).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 18 Maret 2022 ditemukan bahan makanan sumber protein hewani yang sering dikonsumsi hanyalah sosis dengan frekuensi 1-2 hari 1x 1-3 buah, dan bakso

atau sejenis olahannya yang digoreng/dibakar dengan frekuensi 2 hari sekali hari 3-10 butir. Sementara itu, persentase asupan protein hewani dalam kategori kurang sebanyak 86,67% (26 dari 30 responden), dalam kategori normal sebanyak 13,33% (4 dari 30 responden). Hasil pengukuran kadar hemoglobin ditemukan kadar hemoglobin dalam kategori kurang atau anemia (4 dari 30 responden) 13,33%, kadar hemoglobin normal tetapi cenderung beresiko anemia sebanyak 6,66% (2 dari 30 responden) dan kategori normal sebanyak 80% (24 dari 30 responden). Kadar hemoglobin maksimal 16,8 mg/dl, kadar hemoglobin minimal 12,2 mg/dl dan mean 15 mg/dl. Pemeriksaan kadar hemoglobin dengan menggunakan alat Hemoglobinometer dan didasarkan pada *Cut Off Point* kadar Hemoglobin Menurut WHO (2011). Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan asupan protein hewani dengan kadar hemoglobin santri putri di Pondok Pesantren Askhabul Kahfi, Kota Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah “adakah hubungan asupan protein hewani dengan kadar hemoglobin pada santri putri di Pondok Pesantren Askhabul Kahfi, Kota Semarang.?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan asupan protein hewani dengan kadar hemoglobin pada santri putri di Pondok Pesantren Askhabul Kahfi, Kota Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan asupan protein hewani pada santri putri di Pondok Pesantren Askhabul Kahfi, Kota Semarang.
- b. Mendeskripsikan kadar hemoglobin pada santri putri di Pondok Pesantren Askhabul Kahfi, Kota Semarang.
- c. Menganalisis hubungan asupan protein hewani dengan kadar hemoglobin pada santri putri di Pondok Pesantren Askhabul Kahfi, Kota Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Penelitian Selanjutnya

Untuk bahan referensi dalam mengembangkan penelitian terkait hubungan asupan protein hewani dengan kadar hemoglobin pada santri putri di Pondok Pesantren Askhabul Kahfi, Kota Semarang.

2. Manfaat Bagi Institusi Kesehatan (saran untuk mngupdate data dan Menyusun program kedepan)

Penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi mengenai pencegahan kejadian anemia pada remaja putri terutama di Kota Semarang.

3. Manfaat Bagi Masyarakat

Masyarakat dapat mengetahui informasi terkait dampak negatif, factor-faktor penyebab dan informasi lainnya sehingga dapat melakukan upaya pencegahan anemia pada santri putri terutama di Pondok Pesantren Askhabul Kahfi, Kota Semarang.