

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Banyak negara berkembang yang masih menghadapi masalah gizi, Indonesia salah satunya. Diantara masalah gizi mikro yang sedang dihadapi, anemia merupakan salah satunya dengan prevalensi tertinggi. Oleh karena itu, anemia tidak bisa dikesampingkan dan perlu mendapatkan perhatian khusus. Dibandingkan dengan kelompok usia yang lain, remaja merupakan kelompok usia yang rawan terkena anemia (Sholicha and Muniroh, 2019). Pada dasarnya, anemia dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Secara umum, konsumsi makanan berkaitan erat dengan status gizi. Bila makanan yang dikonsumsi mempunyai nilai yang baik, maka status gizi juga baik, sebaliknya bila makanan yang dikonsumsi kurang nilai gizinya, maka akan menyebabkan kekurangan gizi dan dapat menimbulkan anemia (Muni and Sufyan, 2022).

Jenis anemia yang paling sering timbul pada remaja putri adalah akibat dari kekurangan zat besi. Berdasarkan AKG adalah untuk kebutuhan protein usia 16-18 tahun kebutuhan 65 gr per hari dan kebutuhan zat besi sebesar 15 mg per hari (PMK, No.28.,2019).

Hasil Survei Kesehatan Nasional Indonesia 2013 menunjukkan prevalensi anemia pada anak usia 1-4 tahun, 5-14 tahun, dan 15-24 tahun masing-masing adalah 28,1%, 26,4%, dan 18,4%. Terjadi peningkatan prevalensi dibandingkan dengan survei sebelumnya yang dilakukan pada tahun 2007, yaitu masing-masing 27,7% pada anak usia 1- 4 tahun, 9,4% pada usia 5-14 tahun dan 6,9% pada usia 15-24 tahun. 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 (Kesehatan, 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). Pada Penelitian Lisa di Pesantren Ashabul Kahfi Gunung Pati sebanyak 8 remaja putri dengan presentase 9,52% mengalami anemia sedang, 6 remaja putri dengan persentase 7,14% mengalami anemia ringan, dan 1 remaja putri dengan pesentase 1% mengalami anemia berat. Hal ini menyebabkan anemia menjadi salah satu masalah kesehatan utama di kalangan remaja putri di Indonesia.

Dampak terjadinya anemia pada anak sekolah atau remaja putri adalah menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, terganggunya pertumbuhan sel tubuh maupun sel otak, timbulnya gejala pucat, letih, lesu, dan cepat lelah sehingga dapat menurunkan prestasi belajar, kecerdasan intelektual, dan kebugaran serta kesehatan tubuh (Briawan et al., 2011). Berdasarkan hasil penelitian (Rosmalina and Ernawati, 2010) membuktikan adanya hubungan antara kadar hemoglobin dan kesanggupan anak untuk belajar. Keadaan anemia akan mempengaruhi daya konsentrasi belajar sehingga prestasi belajar menjadi menurun, dan siswi dengan kadar hemoglobin tinggi (dalam batas normal) memiliki prestasi yang lebih tinggi dari siswi yang kadar hemoglobin rendah (Rosmalina and Ernawati, 2010).

Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan anemia antara lain adalah status gizi, menstruasi, dan sosial ekonomi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional tahun

2013 menunjukkan prevalensi anemia pada usia 5-14 tahun sebesar 26,4% (Basith *et al*, 2017).

Faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja cukup beragam. Menurut Farida dalam penelitiannya di Kudus, menemukan kasus anemia sebanyak 36.8% pada sebagian siswi yang mempunyai orang tua dengan tingkat pendapat dan pendidikan rendah (Arsiyanti and Nontji, 2015).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Maret 2022 dengan jumlah 30 responden di Pondok Pesantren Ashabul Kahfi Gunung Pati Kabupaten Semarang Provinsi Jawa Tengah. Di peroleh data dari pengukuran kadar hemoglobin pada remaja putrid usia 16-18 tahun dari 30 responden yang mengalami anemia dan yang mendekati anemia sebanyak 6 responden. Berdasarkan analisis data survey konsumsi asupan makan selama 1 bulan terakhir dari hasil wawancara Food Frekuensi Semi Kuantitatif di peroleh asupan zat besi dengan kategori Kurang atau di bawah kebutuhan sebesar 20% (6 dari 30 responden) dan kategori Normal atau di atas kebutuhan sebesar 80% (24 dari 30 responden).

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Asupan Zat Besi Dengan Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Ashabul Kahfi Gunung Pati”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dalam latar belakang tersebut maka merumuskan masalah “Apakah ada hubungan antara asupan zat besi dengan anemia pada remaja putrid di Pondok Pesantren Ashabul Kahfi Gunung Pati?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara asupan zat besi dengan anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Ashabul Kahfi Gunung Pati.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan asupan zat besi pada remaja putri di Pondok Pesantren Ashabul Kahfi Gunung Pati.
- b. Mendiskripsikan anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Ashabul Kahfi Gunung Pati.
- c. Menganalisis hubungan antara asupan zat besi dengan anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Ashabul Kahfi Gunung Pati.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Dengan adanya penelitian ini dapat memberikan informasi dan edukasi tentang hubungan antara asupan zat besi dengan anemia supaya adanya kesadaran gizi bagi remaja putri yang mengalami anemia.

2. Bagi Pihak Inatitusi Pendidikan

Sebagai tambahan referensi dalam bidang kesehatan dan gizi, dapat digunakan untuk penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara asupan zat besi dengan anemia.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai hasil penelitian yang dapat dijadikan referensi dalam bidang kesehatan dan gizi serta dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya mengenai Hubungan Asupan Zat Besi Dengan Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Ashabul Kahfi Gunung Pati serta dapat digunakan sebagai perbandingan penelitian di daerah lain.