

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu masalah kesehatan yang paling umum di dunia adalah anemia. Menurut data dari World Health Organization (WHO, 2020), jumlah orang yang menderita anemia berkisar antara 40 sampai 80 persen di seluruh dunia. Wanita Usia Subur (WUS), anak-anak, dan ibu hamil sangat rentan terhadap anemia, dengan prevalensi anemia di seluruh dunia pada balita sebesar 47%, pada wanita yang tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 30% dan pada ibu hamil sebesar 42% (Hatma, 2019).

Indonesia adalah salah satu negara berkembang dengan insidensi anemia tertinggi. Data hasil (Riskesdas, 2018) menunjukkan bahwa anemia sebesar 48,9% di Indonesia terjadi pada kelompok usia 15-24 tahun, dengan kasus tertinggi di antara mereka (Kemenkes, 2018). Dalam kebanyakan kasus, proporsi anemia pada perempuan 27,2% lebih tinggi dibandingkan laki-laki 20,3% dan angka anemia pada remaja perempuan di Indonesia meningkat 37,1% (Riskesdas, 2013) menjadi 48,9% (Riskesdas, 2018).

Menurut data (Riskesdas, 2018), prevalensi anemia di Provinsi Kalimantan Tengah sebesar 32% yang terjadi pada remaja putri dan WUS (Wanita Usia Subur). Data hasil monitoring dan evaluasi skrining anemia di MTSN 1 Murung Raya wilayah UPT Puskesmas Puruk Cahu menunjukkan bahwa dari 40 orang siswi yang dipantau didapatkan 20 orang siswi mengalami

anemia dengan kategori anemia ringan berjumlah 14 orang dan anemia sedang berjumlah 6 orang (Puskesmas Puruk Cahu, 2023).

Kebutuhan akan nutrisi meningkat selama masa remaja karena pertumbuhan yang cepat. Zat besi adalah salah satu zat gizi yang paling dibutuhkan karena dibutuhkan oleh semua sel tubuh dan merupakan dasar dari berbagai proses fisiologis, termasuk pembentukan hemoglobin (sel darah merah) dan fungsi enzim. Jika dibandingkan dengan laki-laki, perempuan membutuhkan lebih banyak zat besi. Menurut Tabel Angka Kecukupan Gizi (AKG), kebutuhan zat besi remaja putri berusia 13 hingga 29 tahun adalah 26 mg; kebutuhan ini jauh lebih tinggi daripada laki-laki seusianya (Yunita, 2020).

Defisiensi zat besi, asam folat, dan vitamin B12 adalah penyebab anemia yang paling umum. Peradangan (infeksi) akut dan kronis serta kelainan genetik (bawaan) yang mempengaruhi sintesis hemoglobin dan produksi sel darah merah adalah beberapa penyebab lain yang tidak umum (Alfian, 2023). Hal ini memberikan dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan dan produktivitas kerja karena untuk beraktivitas diperlukan cukup hemoglobin yang dibentuk oleh zat besi untuk mengikat oksigen di udara dan mengantarkannya ke seluruh jaringan tubuh. Berbagai macam dampak negatif terhadap kesehatan dan produktivitas kerja yang muncul akibat anemia adalah penurunan imunitas dan kebugaran atau kesegaran tubuh sehingga mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan anak terhambat, tubuh mudah terinfeksi, semangat belajar atau prestasi menurun pada remaja putri dan memperbesar risiko terjadinya anemia saat menjadi ibu hamil sehingga

berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan menyebabkan kematian pada ibu dan anak (Khobibah, 2021).

Faktor-faktor yang mendorong terjadinya anemia gizi pada usia remaja adalah menstruasi, kurangnya pengetahuan dan perilaku remaja yang salah terhadap konsumsi bahan makanan (Siska, 2017). Menstruasi menyebabkan remaja putri kehilangan banyak darah dan hal ini akan diperparah apabila kurangnya pengetahuan tentang anemia dan perilaku remaja yang salah terhadap konsumsi bahan makanan, dimana pemilihan makanan pada remaja cenderung berdasarkan kesukaan mereka bukan berdasarkan kandungan sehingga makanan sumber zat besi yang dikonsumsi menjadi rendah. Selain itu, kebiasaan remaja mengkonsumsi makanan dan minuman yang menghambat absorpsi zat besi seperti asam fitat pada biji-bijian maupun kacang-kacangan dan kafein serta tanin pada kopi, teh dan coklat juga menjadi faktor terjadinya anemia (Sirait, 2019).

Anemia disebabkan oleh tingkat penyerapan besi yang rendah, kekurangan zat besi yang cukup berat dalam tubuh seseorang sehingga mengganggu eritropoesis. Ada hubungan antara anemia dan zat besi (Damanik, 2019). Pemilihan makanan remaja dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup dan lingkungan. Ini termasuk kebiasaan diet yang buruk, konsumsi bahan makanan yang tidak cukup yang meningkatkan penyerapan zat besi (penambah zat besi), dan konsumsi bahan makanan yang berlebihan yang menghambat penyerapan zat besi (Sadrina & Mulyani, 2021). Remaja putri cenderung melakukan pilihan makanan yang tidak sehat karena mereka hanya memilih makanan yang

mereka sukai tanpa memperhatikan gizinya, seperti mengurangi konsumsi lauk hewani yang mengandung zat besi dan sayur-sayuran yang mengandung vitamin C, yang merupakan sumber zat besi yang paling baik. Selain itu, remaja sering minum teh dan kopi untuk alasan sosial atau mencari dorongan untuk melakukan sesuatu yang lebih banyak (Dewi, dkk 2022).

Beberapa penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya, yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Pratama, et al.,2020) dan (Lestari, et al.,2018) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Selain itu, kedua penelitian ini menggunakan kuesioner *food recall* dalam mengukur asupan zat besi. Berdasarkan penelitian-penelitian yang dilakukan oleh (Junengsih & Yuliasari, 2017), (Sholicha & Muniroh, 2019) dan (Thamrin & Masnilawati, 2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat asupan zat besi dengan kejadian anemia. Namun, terdapat beberapa perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian-penelitian tersebut, yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Junengsih & Yuliasari, 2017) menggunakan kuesioner *food recall* 1x24 jam dalam mengukur tingkat asupan zat besi dan responden penelitiannya adalah remaja putri tingkat SMA. Penelitian yang dilakukan oleh (Sholicha & Muniroh, 2019) tidak menginklusi remaja putri dengan penyakit infeksi akut dan kronis, responden penelitiannya adalah remaja putri tingkat SMA dan variabel bebas yang dianalisis terlalu luas. Penelitian yang dilakukan oleh (Thamrin & Masnilawati, 2021), kriteria inklusi dan eklusi tidak jelas

disebutkan, responden penelitiannya adalah remaja putri jenjang mahasiswa dan variabel bebas yang dianalisis terlalu luas.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Tingkat Asupan Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi MTSN 1 Murung Raya di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Puruk Cahu”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana Hubungan Tingkat Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Siswi MTSN 1 Murung Raya di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Puruk Cahu ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat asupan zat besi dengan kejadian anemia pada siswi MTSN 1 Murung Raya di wilayah kerja UPT Puskesmas Puruk Cahu.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tingkat asupan zat besi pada siswi MTSN 1 Murung Raya di wilayah kerja UPT Puskesmas Puruk Cahu.
- b. Mendeskripsikan kejadian anemia pada siswi MTSN 1 Murung Raya di wilayah kerja UPT Puskesmas Puruk Cahu.

- c. Menganalisis hubungan tingkat asupan zat besi dengan kejadian anemia pada siswi MTSN 1 Murung Raya di wilayah kerja UPT Puskesmas Puruk Cahu.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan responden penelitian dan memperkuat bukti ilmiah mengenai hubungan tingkat asupan zat besi dengan kejadian anemia pada siswi MTSN 1 Murung Raya di wilayah kerja UPT Puskesmas Puruk Cahu.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi instansi kesehatan diharapkan dapat menjadi bahan dalam penyusunan kebijakan program gizi terhadap penanganan kejadian anemia dengan meningkatkan asupan zat besi pada remaja putri.
- b. Bagi masyarakat diharapkan dapat memberikan informasi tentang pentingnya pemenuhan asupan zat besi pada remaja putri agar kejadian anemia dapat dicegah.
- c. Sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan penelitian yang terkait dengan kejadian anemia pada remaja.