BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju.(1) Menurut *WHO*, angka kejadian anemia pada remaja banyak terdapat di negara berkembang, Indonesia termasuk dalam negara berkembang.(2) Kejadian anemia merupakan masalah yang paling banyak ditemukan pada remaja, remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan menderita anemia.(3)

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra.(4) Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak.(4) Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja.(4)

Remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk tubuh, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makanan dan banyak pantangan terhadap makanan. Bila asupan makanan kurang maka cadangan besi banyak yang berkurang.(5) Keadaan seperti ini dapat mempercepat terjadinya anemia. Anemia dapat menyebabkan cepat lelah, konsentrasi belajar menurun sehingga prestasi belajar rendah, kebugaranya akan menurun dan dapat menurunkan produktivitas kerja dan menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit infeksi.(6)

Prevalensi anemia yang tinggi dikalangan remaja jika tidak ditangani dengan baik akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah.(1) Melihat dampak

anemia yang sangat besar dalam menurunkan kualitas sumber daya manusia, maka sebaiknya penanggulangan anemia perlu dilakukan sejak dini sebelum remaja putri menjadi ibu hamil, agar kondisi fisik remaja putri tersebut telah siap menjadi ibu yang sehat dan melahirkan generasi penerus yang juga sehat.[1]

World Health Organization (WHO) tahun 2015 melaporkan bahwa lebih dari 30 % atau 2 miliar orang di dunia berstatus anemia, sedangkan prevalensi di Asia Tenggara adalah 25-40% remaja putri mengalami kejadian anemia tingkat ringan sampai berat.[7] Berdasarkan data Riskesdas tahun 2007 didapatkan prevalensi anemia sebanyak 14,8% dan mengalami peningkatan menjadi 21,7% menurut data Riskesda tahun 2013.[8, 9] Riskesdas 2007 prevalensi anemia berdasarkan kelompok umur 5-14 tahun sebanyak 9,4% dan kelompok umur 15-24 tahun sebanyak 6,9%.[8] Berdasarkan Riskesdas tahun 2013 prevalensi anemia berdasarkan kelompok umur 5-14 tahun sebanyak 26,4% dan kelompok umur 15-24 tahun sebanyak 18,4%.[9] Sedangkan menurut jenis kelamin laki-laki sebanyak 18,4% dan perempuan sebanyak 23,9%. Berdasarkan semua kelompok umur tersebut, wanita memiliki prevalensi tertinggi mengalami anemia.[9]

Sumatra Barat memiliki prevalensi anemia sebesar 29,8% angka tersebut lebih tinggi dari prevalensi nasional dan menempati peringkat pertama dari semua provinsi di Pulau Sumatra.[8] Berdasarkan hasil rekapitulasi penjaringan kesehatan murid SMA/SMK/MA Se-Kota Padang tahun 2016 yang dibagi dalam cakupan wilayah kerja puskesmas terdapat tiga wilayah kerja puskesmas yang memiliki risiko anemia tertinggi yaitu: Puskesmas Padang Pasir sebanyak 16,08%, Puskesmas Ulak Karang sebanyak 10% dan Puskesmas Pauh sebanyak 8,89%.[10] Penelitian Dona pada tahun 2013 mendapatkan prevalensi anemia pada remaja putri di Baso adalah

65,1%[11]. Penelitian Anisa pada tahun 2017 mendapatkan prevalensi anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Padang adalah 67,3%.[12]

Menurut teori UNICEF masalah kesehatan dipengaruhi oleh penyebab yang mendasar, penyebab tidak langsung, dan penyebab langsung. Penyebab yang mendasar dipengaruhi oleh lembaga formal dan non formal yang terwujud dalam bentuk pendidikan atau pengetahuan.[13] Selanjutnya penyebab tidak langsung yang dipengaruhi oleh ketersediaan dan pola konsumsi rumah tangga, pola asuh dan pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan. Penyebab yang terakhir yaitu penyebab langsung dipengaruhi oleh konsumsi makan dan penyakit infeksi.[13]

Anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, pendarahan yang hebat, diet yang buruk, kurangnya kadar zat besi dalam tubuh, kekurangan protein, dan vitamin C.[14, 15] Rendahnya asupan zat besi yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi pangan sebagai sumber zat besi sangat memengaruhi terjadinya anemia. Besi merupakan mikro elemen yang esensial bagi tubuh, sebagai faktor utama pembentuk hemoglobin.[16] Salah satu dampak dari rendahnya asupan zat besi dapat menyebabkan terjadinya anemia defisiensi besi.[17]

Keterkaitan antara zat besi dengan kadar hemoglobin adalah besi merupakan komponen utama dalam pembentukan darah yaitu mensintesis hemoglobin.[18] Kelebihan besi disimpan sebagai protein feritin, hemosiderin di dalam hati, sumsum tulang belakang, dan selebihnya di dalam limpa dan otot.[18] Jika simpanan besi cukup, maka kebutuhan untuk pembentukan sel darah merah dalam sumsum tulang akan selalu terpenuhi, namun, jika simpanan zat besi berkurang maka akan terjadi ketidakseimbangan zat besi di dalam tubuh, akibatnya kadar hemoglobin menurun di bawah batas normal yang disebut sebagai anemia gizi besi.[18]

Faktor lain yang memengaruhi anemia adalah vitamin C. Vitamin C memiliki keterkaitan dengan kejadian anemia, kolerasi bersifat positif yang menunjukan semakin tinggi asupan vitamin C maka kadar Hb akan semakin tinggi.[1] Vitamin C memiliki fungsi sebagai promotor terhadap abosorbsi besi dengan cara mereduksi besi ferri menjadi ferro.[5] Suplementasi vitamin C juga meningkatkan penyerapan zat besi dari pangan nabati (non-hem).

Kurangnya protein juga merupakan faktor yang menyebabkan terjadinya anemia karena protein merupakan salah satu zat gizi yang diperlukan oleh tubuh terutama untuk membangun dan mengatur sel dan jaringan tubuh.[16] Protein berperan penting dalam transportasi zat besi didalam tubuh dan membantu dalam pembentukan sel darah merah.[19] Oleh karena itu, kurangnya asupan potein akan mengakibatkan transportasi zat besi terhambat sehingga akan terjadi defisiensi besi.[19]

Penyerapan zat besi di dalam tubuh tidak hanya dikarenakan kurangnya asupan gizi tetapi juga disebabkan karena adanya zat yang dapat menghambat penyerapan zat gizi tersebut. Sumber makanan yang mengandung faktor penghambat (inhibitor) penyerapan zat besi adalah teh.[20] Teh merupakan minuman yang mengandung tanin yang dapat menurunkan penyerapan besi non hem dengan membentuk ikatan komplek yang tidak dapat diserap. Hal ini dapat menjadi penyebab anemia.[20]

Hasil penelitian Sri (2010) menunjukan terdapat hubungan antara asupan protein, zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia.[19] Penelitian yang dilakukan Yudi (2015) menunjukan terdapat hubungan antara kebiasan minum teh dengan kejadian anemi.[21] Penelitian Sharon (2015) menunjukan terdapat hubungan antara

asupan zat besi dan protein dengan kejadian anemia.[22] Hal ini membuktikan bahwa faktor di atas berpengaruh signifikan dengan kejadian anemia.

Berdasarkan data penjaringan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2016, Puskesmas Padang Pasir menempati posisi pertama risiko anemia dengan angka 16,08%. Prevalensi risiko anemia remaja putri tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir berada di SMKN 3 Padang dengan persentase 36,93% dan SMK Nusatama Padang dengan persentase 19,25%.[10] Peneliti memilih melakukan penelitian di SMK Nusatama Padang dikarenakan SMK Nusatama memiliki risiko anemia nomor dua di Kota Padang dan belum ada yang melakukan penelitian sebelumnya di SMK Nusatama tersebut. Oleh karena itu peneliti memilih SMK Nusatama sebagai tempat penelitian. Berdasarkan hasil studi awal yang dilakukan di SMK Nusatama, dari 10 responden yang diambil kadar Hb dengan menggunakan alat Hb digital *Easy Touch GCHb* didapatkan 3 orang menderita anemia dengan kadar Hb mereka < 12 g/dl.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang "Hubungan Asupan Fe, Vitamin C, Protein Dan Kebiasaan Minum Teh Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Kelas X Dan XI Di SMK Nusatama Padang Tahun 2018"

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah adakah hubungan asupan Fe, vitamin C, protein dan kebiasaan minum teh terhadap kejadian anemia remaja putri kelas X dan XI di SMK Nusatama Padang tahun 2018 ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan Fe, vitamin C, protein dan kebiasaan minum teh terhadap kejadian anemia remaja putri kelas X dan XI di SMK Nusatama Padang Tahun 2018.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah :

1. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian anemia pada remaja putri SMK Nusatama Padang Tahun 2018
2. Mengetahui distribusi frekuensi asupan Fe remaja putri SMK Nusatama Padang Tahun 2018
3. Mengetahui distribusi frekuensi asupan Vitamin C remaja putri SMK Nusatama Padang Tahun 2018
4. Mengetahui distribusi frekuensi asupan Protein remaja putri SMK Nusatama Padang Tahun 2018
5. Mengetahui distribusi frekuensi kebiasaan minum teh remaja putri SMK Nusatama Padang Tahun 2018
6. Mengetahui hubungan asupan Fe dengan kejadian anemia remaja putri SMK Nusatama Padang Tahun 2018
7. Mengetahui hubungan asupan Vitamin C dengan kejadian anemia remaja putri SMK Nusatama Padang Tahun 2018
8. Mengetahui hubungan asupan Protein dengan kejadian anemia remaja putri SMK Nusatama Padang Tahun 2018

9. Mengetahui hubungan kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia remaja putri SMK Nusatama Padang Tahun 2018

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi SMK Nusatama Padang

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai gambaran tentang kejadian anemia remaja putri di SMK Nusatama Padang dan sebagai acuan untuk penanggulangan dan pencegahan kejadian anemia.

2. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat Unand

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya, dan sebagai bahan materi pembelajaran bagi mahasiswa/i Fakultas Kesehatan Masyarakat Unand.

3. Bagi peneliti sendiri.

   Sebagai pengalaman dan menambah wawasan tentang kejadian anemia pada remaja putri dan untuk mengaplikasikan ilmu yang telah di dapat selama mengikuti perkuliahan di Fakultas Kesehatan Masyarakat.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada remaja putri di SMK Nusatama Padang tahun 2018. Penelitian ini pada dasarnya bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan Fe, Vitamin C, Protein dan kebiasaan minum teh terhadap kejadian anemia remaja putri kelas X dan XI di SMK Nusatama Padang Tahun 2018. Desain penelitian ini dilakukan dengan *cross sectional study* dengan sampel remaja putri kelas X dan XI SMK Nusatama Padang Tahun 2018. Data yang digunakan dalam penelitian ini

adalah data sekunder dan primer yang didapatkan dari data penjaringan Dinas Kesahatan Kota Padang, Puskesmas Padang Pasir serta wawancara langsung menggunakan *Semi Quantitative food frequency questionnaire (SQ-FFQ).*

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA