

## BAB 1 : PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Anemia Gizi, Kekurangan Energi Protein (KEP), Kurang Vitamin A (KVA) dan Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY) merupakan masalah gizi terbesar di Indonesia.<sup>(1)</sup> Menurut *World Health Organization* (WHO) anemia merupakan 10 masalah kesehatan terbesar pada saat sekarang ini, dimana kelompok yang berisiko tinggi mengalami anemia adalah wanita usia subur, ibu hamil, anak usia sekolah dan remaja.<sup>(2)</sup>

Remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan sejumlah perubahan biologis, kognitif, dan emosional.<sup>(3)</sup> Remaja putri merupakan kelompok yang lebih rentan terkena anemia, hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan juga remaja dalam masa percepatan pertumbuhan dan perkembangan sehingga memerlukan zat gizi dalam jumlah yang lebih banyak dibandingkan kelompok umur lainnya.<sup>(4)</sup> Perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan juga menuntut penyesuaian masukan energi dan zat gizi sehingga anemia lebih mudah menyerang remaja. Namun remaja sering kurang mendapat perhatian dalam program pelayanan kesehatan. Padahal dalam kenyataannya, banyak kasus kesehatan ketika dewasa ditentukan oleh kebiasaan hidup saat usia remaja.<sup>(5)</sup>

Menurut data WHO dalam *Worldwide Prevalence of Anemia* menunjukkan bahwa total keseluruhan penduduk dunia yang menderita anemia sebanyak 1,62 miliar orang.<sup>(2)</sup> Seiring dengan data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2004, menyatakan bahwa prevalensi anemia gizi pada remaja putri usia 10-18 tahun ialah sebesar 57,1%.<sup>(6)</sup> Sedangkan menurut data Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia sebesar 21,7%, dengan proporsi 20,6% di perkotaan dan 22,8%

di pedesaan serta 18,4% laki-laki dan 23,9% perempuan. Berdasarkan kelompok umur, penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan sebesar 18,4% pada kelompok umur 15-24 tahun.<sup>(7)</sup>

Provinsi Sumatera Barat memiliki prevalensi anemia di atas prevalensi nasional, dimana menurut acuan SK Menkes yaitu sebesar 14,8% dan acuan Riskesdas sebesar 11,9%. Hasil prevalensi anemia berdasarkan SK Menkes yaitu sebesar 29,8% perempuan, 27,6% untuk laki-laki, dan 17,1% anak-anak. Sedangkan Riskesdas didapatkan sebesar 16,6% perempuan, 25,8% laki-laki dan 19,0% anak-anak.<sup>(8)</sup>

Kelompok yang lebih rentan terkena anemia adalah remaja putri, hal ini disebabkan karena remaja putri mengalami menstruasi disetiap bulannya. Anemia pada remaja putri mempengaruhi kemampuan mental dan fisiknya. Anemia dapat menyebabkan menurunkan daya tahan tubuh., sehingga mudah terkena infeksi, gangguan pertumbuhan dan mengakibatkan kebugaran/kesegaran tubuh berkurang. Remaja putri yang menderita anemia mengalami penurunan memori, kurang teliti dalam ujian akademik, sehingga mempunyai prestasi belajar yang lebih rendah dari remaja yang non anemia. Akibat jangka panjang dari anemia pada remaja putri adalah ketika remaja putri dalam masa kehamilan. Sebagai calon ibu yang akan melahirkan generasi emas bangsa, anemia akan menyebabkan tingginya risiko untuk melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR), akibat besar dari tingginya masalah anemia gizi besi adalah penurunan kualitas sumber daya manusia Indonesia.<sup>(5)</sup>

Berdasarkan teori Lawrence Green, ada beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian anemia yaitu faktor predisposisi, *reinforcing factor* dan *enabling factor*. Hal itu dimodifikasi dengan teori UNICEF sehingga terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya anemia, salah satu faktor yang peneliti teliti yaitu pola

makan yang dilihat dari segi jumlah dan kualitas zat gizi yang dikonsumsi. Remaja masih dalam tahap pertumbuhan sehingga memerlukan nutrisi yang cukup dan seimbang untuk menunjang aktifitas fisiknya yang aktif.<sup>(4)</sup> Pola makan yang dianjurkan bagi remaja adalah makanan gizi seimbang, yang terdiri atas sumber zat tenaga misalnya tepung-tepungan, roti, sumber zat pembangun misalnya daging, ayam, telur, susu, kacang-kacangan, tahu, tempe, dan sumber zat pengatur seperti sayur-sayuran dan buah-buahan.<sup>(9)</sup>

Faktor yang mempengaruhi kejadian anemia berikutnya adalah *body image*. *body image* merupakan komponen yang penting dalam hidup manusia karena apabila terdapat gangguan pada *body image* maka akan dapat mengakibatkan berbagai hal, seperti perasaan tidak percaya diri, gangguan pola makan, diet yang tidak sehat bahkan depresi. *Body image* pada remaja sangat mempengaruhi pola makannya termasuk pemilihan bahan makanan dan frekuensi makan. Disamping itu kekhawatiran menjadi gemuk telah memaksa remaja mengurangi jumlah pangan yang seharusnya dimakan.<sup>(4)</sup>

Berbagai masalah pada konsumsi makanan remaja, hal itu mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan remaja yang sedang dalam masa pertumbuhan yang cepat, baik tinggi maupun berat badannya. Hal itu tentu akan mempengaruhi status gizi remaja, yang salah satunya dapat ditentukan dengan pengukuran antropometri dengan menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT). Status gizi (*nutrition status*) dapat dijadikan sebagai ekspresi dari keadaan keseimbangan antara konsumsi, penyerapan zat gizi dan penggunaan zat-zat gizi tersebut. Kekurangan zat gizi makro seperti : energi dan protein, serta kekurangan zat gizi mikro seperti : zat besi (Fe) merupakan salah satu dari unsur gizi sebagai komponen pembentukan Hb atau sel darah merah.<sup>(10)</sup>

Penelitian Utami, dkk tahun 2015 menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan anemia pada remaja putri di MTs Ma'Arif Nyatnyono Kabupaten Semarang dengan p value ( $p=0,002$ ).<sup>(11)</sup> Penelitian Amalia, dkk tahun 2014 menunjukkan bahwa ada hubungan antar *body image* dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA N 10 Kota Makassar dengan p value ( $p=0,018$ ).<sup>(12)</sup> Penelitian Zulaekah, dkk tahun 2014 menunjukkan bahwa anak malnutrisi yang anemia mempunyai berat badan, tinggi badan dan Z-Score BB/U yang lebih rendah dibandingkan dengan anak malnutrisi yang tidak anemia.<sup>(13)</sup>

Data prevalensi anemia pada remaja putri untuk Dinas Kesehatan Kota Payakumbuh belum ada, hal ini disebabkan karena kegiatan pemantauan kejadian anemia secara rutin belum sepenuhnya dilakukan. SMA N 1 Payakumbuh merupakan salah satu sekolah terbaik yang ada di Payakumbuh, namun pihak sekolah belum pernah melakukan pemeriksaan Hb dan pengecekan anemia untuk muridnya. Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan data sekunder yang diambil dari data penelitian dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat yang bekerja sama dengan Kementerian Kesehatan.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti melakukan penelitian tentang “Hubungan Status Gizi, *Body image*, dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, maka rumusan masalah yang dikemukakan dalam penelitian adalah apakah status gizi, *body image* dan pola makan berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi, *body image* dan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Diketuainya prevalensi anemia pada remaja putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017.
2. Diketuainya distribusi frekuensi status gizi remaja putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017.
3. Diketuainya distribusi frekuensi *body image* remaja putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017.
4. Diketuainya distribusi frekuensi pola makan remaja putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017.
5. Diketuainya hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017.
6. Diketuainya hubungan *body image* dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017.
7. Diketuainya hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Ilmiah**

1. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat untuk menambah literatur mengenai hubungan pola makan terhadap anemia gizi pada remaja.
2. Untuk menambah pengetahuan peneliti dalam menemukan hubungan status gizi, *body image* dan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini digunakan untuk meningkatkan upaya-upaya untuk mengurangi risiko terjadinya anemia oleh institusi Pelayanan Kesehatan dengan menyampaikan pentingnya makanan bergizi dan pola makan bagi remaja.

### 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian payung yang berjudul **“Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Payakumbuh tahun 2017”**. Pada penelitian ini variabel yang diteliti adalah status gizi, *body image*, dan pola makan. Guna penelitian ini mengetahui hubungan pengetahuan status gizi, *body image* dan pola makan terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMA N 1 Payakumbuh tahun 2017.

Variabel terikat (*dependen*) dalam penelitian ini adalah kejadian anemia, sedangkan variabel bebasnya (*independen*) ialah status gizi, *body image*, dan pola makan. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Data yang digunakan adalah data sekunder, dimana data ini diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh dosen FKM Unand yang bekerja sama dengan Kemenkes yang dilakukan pada bulan Desember 2017.

