

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Tahapan waktu remaja ialah periode terjadi peningkatan pertumbuhan, yang juga disertai oleh perubahan dalam aspek hormonal, kognitif, dan emosional. Rentan terhadap isu gizi, remaja mengalami peningkatan kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan dalam keperluan periode bertumbuh sekaligus berkembang dengan melibatkan dinamika dalam berbagai elemen kehidupan, mulai dari ranah pola makannya, gaya hidupnya, sampai ranah kebutuhan terkait pemenuhan nutrisi. Salah satu contohnya ialah remaja yang menghadapi kehamilan, penyakit kronis, mengonsumsi alkohol atau obat-obatan secara berlebihan, dan menjalani diet yang ekstrim (Almatsier et al., 2019).

Masa remaja, yang ditandai oleh perkembangan yang sangat dinamis dalam kehidupan individu (Junita & Wulansari 2021), memiliki peran krusial dalam hal pembentukan perilaku yang di dalamnya ada korelasi dengan kesehatan sekaligus nutrisi yang kompleks. Jadi, tidak dilakukan pengelolaan secara bijak, maka aneka penyakit yang bersifat kronis bisa muncul di masa mendatang (Dwi Anissa et al. 2021). Selama periode keremajaan ini, asupan zat gizi memainkan peran yang sangat penting dalam menentukan "Postur dan Kinerja" seseorang saat mereka memasuki usia dewasa (Milah, 2019). Mengarah pada keterangan WHO, dipaparkan kalau rentang periode keremajaan yakni dari 10 sampai 19 tahun dari segi usia kronologis.

Dewasa ini, persoalan menyangkut triple burden of malnutrition tengah gencar-gencarnya menjadi problematic yang menimpa kaum muda di negara ini. Hal tersebut dipaparkan dengan keadaan kurangnya gizi, BB yang berlebih, hingga tidak tercapainya pemenuhan zat gizi dari aspek mikro yang mendatangkan konsekuensi berupa keadaan anemia. Riset yang digagas dengan mekanisme kerja sama Departemen Ilmu Gizi FKUI-RSCM, Klaster Hukum Nutrition Research Center (HNRC) IMERI FKUI, UNICEF, Wegeningen University & Research (WUR), dan Sight and Life menerangkan kalau ada sejumlah faktor, termasuk

aktivitas dari segi fisik yang berkurang secara internal atau eksternal bertalian dengan sekolah, gangguan pada kebiasaan makan, hingga terbiasa menyantap makanan cepat saji, sekaligus variasi makanan sehari-hari yang tidak kompleks mendatangkan pengaruh akan penyebab dari tiga persoalan gizi yang dipaparkan di atas (Rah et al. 2021).

Di negara ini sendiri prevalensi untuk kejadian anemia tergolong sangat tinggi sesuai dengan riset yang menegaskan kalau kejadian akan kondisi tersebut yang menjurus pada keadaan remaja mencapai presentase 32% yang memiliki arti kalau 3 sampai 4 dari 10 remaja bisa mengalami keadaan anemia. Tentunya hal tersebut memiliki korelasi dengan ragam faktor mulai dari asupan dari segi gizi yang tidak memenuhi secara komprehensif dan kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor penyebab yang sangat berkaitan (Risikesdas, 2018). Mengacu pada data dari Kemenkes RI tahun 2018, dikatakan kalau prevalensi anemia yang menjurus pada remaja sekitar usia 15 sampai 24 tahun telah mencapai presentase sebanyak 32% dengan derajat anemia yang lebih besar menjangkit perempuan yakni 27,2% sementara untuk laki-laki sendiri persentasenya yakni 20,3%.

Anemia dapat menimbulkan dampak terutama bagi remaja putri yang mencakup efek berjangka mulai dari yang pendek maupun yang panjang. Sebut saja jangka pendeknya yakni seorang individu yang mengalami kondisi ini tentu sangat rentan dihadapkan dengan kondisi berupa terganggunya masalah konsentrasi dan hal tersebut bisa mendatangkan pengaruh pada hasil prestasi belajarnya kemudian memiliki keterkaitan dengan penurunan dari segi produktivitas lalu berkurangnya derajat kebugaran tubuh dan tidak ketinggalan ada sangkut pautnya dengan pelemahan sistem imun tubuh. Sementara untuk dampak secara jangka panjangnya sendiri termasuk risiko anemia saat menghadapi kehamilan atau setelah menikah di mana hal tersebut memiliki potensi yang justru memperburuk situasi ibu hamil karena bisa mengakibatkan potensi untuk melahirkan secara prematur atau kondisi stunting bahkan keadaan bayi yang terlahir secara berat badan rendah atau BBLR dan yang paling mengkhawatirkan adalah peningkatan akan kejadian mortalitas pada bayi (Kemenkes RI, 2019). Anemia pada remaja membawa dampak negatif yang beragam. Kemunculan anemia dapat mengakibatkan gangguan dalam kesehatan reproduksi, hambatan perkembangan motorik, penurunan tingkat

kecerdasan, berkurangnya kebugaran fisik, menurunnya prestasi belajar, dan terhambatnya pertumbuhan tinggi badan secara maksimal (Andriani M. dan Wirjatmadi B, 2018).

Sejumlah faktor yang dapat memicu terjadinya anemia pada remaja putri meliputi kekurangan asupan energi dan pengetahuan yang tidak memadai. Tidak seimbangya asupan energi dan zat gizi dapat menyebabkan beberapa efek mulai dari yang paling lazimnya yakni secara hemoglobin mengalami penurunan akan kadarnya contohnya tidak tercukupinya asupan zat besi dalam tubuh (Asiffa & Umaysaroh, 2020). Kadar hemoglobin yang rendah mengakibatkan darah tidak dapat mengikat oksigen dengan efektif dari paru-paru ke seluruh tubuh. Akibatnya, kekurangan oksigen dapat mengganggu konsentrasi, menurunkan daya tahan tubuh, dan mengurangi aktivitas fisik (Budiarti et al., 2020). Hasil analisis asupan zat gizi dan kadar hemoglobin melalui riset yang digagas di SMA Negeri 1 Manyar (Almaratus Sholicha & Muniroh, 2019) menunjukkan adanya keterkaitan antara pola konsumsi makanan yang mengandung zat besi dengan derajat secara kadar untuk hemoglobin. Di mana semakin teraturnya seseorang mengonsumsi makanan yang memiliki kandungan zat besi tinggi dikatakan semakin optimal pula derajat secara kadar hemoglobinnya yang mana hal tersebut bisa meminimalkan terjadinya anemia yang tidak diinginkan ($p=0,000$; $r=0,635$).

Terdapat faktor lain yang berhubungan dengan anemia, yakni kekurangan zat gizi. Meskipun asupan zat gizi sudah mencukupi, ketidaknormalan dalam proses produksi sel darah merah akibat masalah pencernaan atau kelainan lambung yang mengganggu penyerapan zat tersebut bisa menyebabkan anemia. Seringkali, hal ini dipicu oleh kurangnya konsumsi makanan yang mengandung vitamin B9 dan B12 (Reka et al., 2016). Anemia akibat kekurangan vitamin B9 dan B12 umumnya disebabkan oleh kurangnya asupan makanan seperti susu, telur, dan daging dalam pola makan harian. Seseorang yang mengalami defisiensi vitamin ini sering kali adalah pelaku diet vegetarian. Walaupun usus manusia berperan dalam penyerapan zat-zat dari makanan, termasuk vitamin B9 dan B12, ini juga bergantung pada keberadaan protein dalam perut yang disebut faktor intrinsik. Faktor ini membantu dalam proses penyerapan zat-zat tersebut. Oleh karena itu, kekurangan protein ini dapat menyebabkan anemia akibat defisiensi vitamin B9 dan B12. Vitamin B9 dan

B12 memiliki peranan sangat krusial yang bertalian dengan pembentukan sel-sel darah merah dalam hal ini memiliki keberfungsian untuk pola pergantian sel darah merah sebelumnya yang sudah tua (Gaurifa, 2018).

Zat besi menjadi unsur yang sifatnya esensial di dalam tubuh dikarenakan memiliki peran yang mengacu pada produktivitas atau menghadirkan sel darah merah di mana zat tersebut menjadi komponen atas heme yang mengarah pada bagian hemoglobin kemudian ada keterkaitan dengan protein yang termaktub dalam sel darah merah yang memiliki keberfungsian untuk pembawaan oksigen menuju seluruh tubuh. Lebih lanjut diterangkan ketika asupan zat besi tidak bisa mencukupi di dalam tubuh maka hal tersebut menjadikan tubuh menggunakan cadangan zat besi yang ada. Sedangkan kasus di mana cadangan besi itu bisa habis maka memicu konsekuensi berupa kekurangan sel darah merah yang menjadikan kadar hemoglobin menurun untuk selanjutnya bisa menyebabkan anemia itu terjadi (Laksmi & Yenie 2018).

Kabupaten Gresik merupakan sebuah daerah di Jawa Timur yang terkenal sebagai pusat industri dengan pertumbuhan yang sangat pesat. Salah satu kecamatan yang terdapat di Kabupaten Gresik adalah Kecamatan Menganti. Upaya dilakukan untuk mengatasi penurunan produktivitas, penurunan tingkat kebugaran, dan melemahnya sistem kekebalan pada remaja putri, serta untuk mengurangi dampak jangka panjang seperti bayi lahir prematur dan stunting pada remaja putri yang mengalami kehamilan setelah menikah. Inisiatif ini diwujudkan melalui Surat Keputusan Bupati Nomor 050/769/HK/437.12/2022 yang bertujuan untuk mengakselerasi penurunan stunting. Oleh karena itu, diperlukan program intervensi gizi yang terintegrasi di berbagai wilayah fokus, termasuk di Kecamatan Menganti. Untuk mewujudkan tujuan ini, sebuah penelitian dilakukan di Kecamatan Menganti, Kabupaten Gresik. Kecamatan Menganti memiliki tiga sekolah menengah atas (SMA), yakni SMA Negeri 1 Menganti, SMA Al-Azhar Menganti, dan SMA Sunan Giri. Selain itu, terdapat 2 SMK, yakni SMK NU Bahrul Ulum dan SMK Sunan Ampel Menganti. Penelitian ini akan berfokus pada dua SMA di Kecamatan Menganti, yakni SMA Negeri 1 Menganti dan SMA Sunan Giri. Pemilihan kedua sekolah tersebut didasarkan pada fakta kalau ada persoalan dari segi gizi, contohnya

kondisi stunting dan anemia remaja yang dinilai terbilang cukup signifikan di sekitar wilayah sekolah-sekolah tersebut.

Berlandaskan paparan yang telah disampaikan di bagian latar belakang, perlu diupayakan sebuah studi yang memiliki kaitannya dengan hubungan skema pengkonsumsian terkait sumber dari zat besi kemudian berkaitan dengan asam folat serta kobalamin dengan angka kejadian akan kondisi anemia yang secara khusus mengarah pada para remaja putri di SMA Kec. Menganti guna meminimalkan prevalensi anemia remaja putri.

1.2 RUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah riset berlandaskan paparan yang telah tersaji di poin latar belakang yakni “bagaimana hubungan konsumsi sumber zat besi, asam folat dan kobalamin dengan kejadian anemia pada remaja putri di sekolah menengah atas Kecamatan Menganti?”

1.3 TUJUAN PENELITIAN

1.3.1 Tujuan umum

Melaksanakan penganalisisan terkait hubungan apa korelasi yang memiliki keterkaitan dengan pola pengkonsumsian terkait sumber makanan yang mengandung zat besi kemudian asam folat serta kobalamin dan kejadian anemia yang terkhusus pada remaja putri di SMA Kec. Menganti.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Melakukan pengidentifikasian akan karakteristik siswi sekolah menengah di Kec. Menganti
2. Melakukan pengidentifikasian terkait intake zat besi pada siswi sekolah menengah di Kec. Menganti
3. Melakukan pengidentifikasian terkait vitamin B9 pada siswi sekolah menengah di Kec. Menganti
4. Melakukan pengidentifikasian terkait intake vitamin B12 pada siswi sekolah menengah di Kec. Menganti
5. Melakukan pengidentifikasian kadar hemoglobin pada siswi sekolah menengah di Kec. Menganti

6. Melaksanakan penganalisisan perihal hubungan intake zat besi dengan kadar hemoglobin pada siswi sekolah menengah atas di Kec. Menganti
7. Melaksanakan penganalisisan perihal hubungan intake asam folat dengan kadar hemoglobin pada siswi sekolah menengah atas di Kec. Menganti
8. Melaksanakan penganalisisan perihal hubungan intake kobalamin dengan kadar hemoglobin pada siswi sekolah menengah atas di Kec. Menganti

1.4 MANFAAT PENELITIAN

1.4.1 Bagi peneliti

Temuan dalam riset ini didambakan bisa menghadirkan serangkaian informasi sekaligus membantu peningkatan terkait wawasan dan kecakapan dalam penganalisisan terkait keadaan di ranah gizi masyarakat terkhusus perihal korelasi akan pola pengkonsumsian makanan yang mengandung zat besi kemudian asam folat sekaligus kobalamin yang menjurus pada keadaan anemia khususnya pada remaja putri di SMA Kec. Menganti.

1.4.2 Bagi masyarakat

Temuan riset didambakan bisa menghadirkan informasi lebih kompleks guna memaksimalkan wawasan masyarakat secara meluas, terlebih remaja putri terkait kondisi anemia.

1.5 HIPOTESIS PENELITIAN

Hipotesis penelitian ini adalah:

H_0 : Tidak ada hubungan antara konsumsi sumber zat besi, asam folat dan kobalamin dengan kejadian anemia pada remaja putri di Sekolah Menengah Atas Kecamatan Menganti.

H_1 : Ada hubungan antara konsumsi sumber zat besi, asam folat dan kobalamin dengan kejadian anemia pada remaja putri di Sekolah Menengah Atas Kecamatan Menganti