

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan sebuah keadaan dimana kandungan hemoglobin (Hb) pada darahnya berada di bawah kisaran normal menurut usia dan jenis kelamin. Nilai hemoglobin normal pada wanita umur di atas 15 <12 g/dL, lalu pria umur di atas 15 sebesar >13 g/dL (Indrawatiningsih *et al.*, 2021). Anemia merupakan permasalahan gizinya terutama pada negara kita, terkhusus di kalangan remaja dan wanita usia produktif (Wati *et al.*, 2022).

Remaja khususnya remaja putri cenderung memiliki resiko anemia lebih tinggi dikarenakan remaja putri memiliki siklus menstruasi perbulannya serta juga masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan (Astuti & Kulsum, 2020). Remaja putri juga mudah terpengaruh oleh lingkungan luar salah satunya perubahan gaya hidup. Perubahan gaya hidup remaja putri sering terjadi dan berdampak terhadap kebiasaan makan (Lestari & Asthiningsih, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia secara global pada tahun 2015 menunjukkan angka 40-88%, sedangkan di Asia Tenggara jumlah anemia pada remaja putri mencapai angka 25-40% (Apriyanti, 2019). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja yang berusia 15-24 tahun sebesar 32% yang artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia, hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik (Kemenkes RI, 2022). Hasil penelitian yang dilakukan Dinas Kesehatan Jawa Timur bersama Fakultas Kedokteran UNAIR kepada 280 pelajar putri di Surabaya sebanyak 34% remaja putri mengalami anemia (Rujaby *et al.*, 2022). Hasil uji pendahuluan pada remaja putri di SMA Semen Gresik dan SMK Dharmawanita yang berada di Kabupaten Gresik menunjukkan prevalensi anemia sebesar 63,33%.

Anemia pada remaja putri dapat menimbulkan beberapa dampak, diantaranya dampak jangka pendek maupun dampak jangka panjang. Dampak

jangka pendek bagi anemia remaja putri adalah dapat penurunan daya tahan tubuh sehingga lebih rentan terhadap penyakit infeksi, serta dapat menyebabkan kurangnya zat pembakar di otak juga otot, hal tersebut bisa turunkannya konsentrasi dan kebugaran. Adapun efek ke depannya anemia di perempuan muda yaitu dibawa hingga masa kehamilan anemia dengan bisa menyebabkan hemoragi sebelumnya juga sesudah kelahiran, sehingga bisa terancamnya nyawa bunda juga buah hatinya. Sedangkan bayi yang dikandungnya dapat mengalami keterlambatan pertumbuhan janin, kelahiran prematur, berat bayi lahir rendah serta gangguan perkembangan pada anak (Kemenkes RI, 2023).

Hemoglobin adalah parameter yang banyak digunakan untuk menentukan prevalensi anemia (Lusi *et al.*, 2019). Hemoglobin merupakan metallo protein yang membawa oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh dan membawa karbondioksida dari jaringan tersebut ke paru-paru untuk dilepaskan ke udara. hemoglobin tersusun atas 2 komponen, berupa globin juga heme. Heme adalah molekul zat besi yang mengandung porfirin. Komponen yang kedua adalah globin yang merupakan senyawa protein (Sugiarsih & Solihah, 2022). Sehingga kebutuhan zat besi dan protein harus terpenuhi.

Jika kebutuhan zat besi tidak terpenuhi maka sintesis hemoglobin akan terganggu. Sedangkan, jika kebutuhan protein tidak mencukupi maka proses transfer zat besi dalam pembentukan hemoglobin akan terganggu dan semakin besar kemungkinan terjadi anemia (Wati *et al.*, 2022). Penelitian sebelumnya yang dilakukan di pelajar SMAN Satu 1 Manyar Gresik menunjukkan terdapat kaitan signifikan diantara konsumsi albumin terhadap kandungan Hb pada remaja putri (Sholicha & Muniroh, 2019).

Pembentukan hemoglobin juga membutuhkan zat gizi lainnya, seperti vitamin A. Jika tubuh kekurangan vit A maka kemudian mengalami terganggunya aliran zinc di hati dan digabungkannya zinc pada sel darah merah (Oktaviani *et al.*, 2020). Sehingga proses pembentukan hemoglobin akan terganggu. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya mengenai hubungan asupan mikronutrien terhadap kadar hemoglobin pada wanita usia

subur (WUS) menunjukkan terdapat hubungan signifikan asupan vitamin A dengan peningkatan kadar Hb (Sahana & Sumarmi, 2015).

Belum banyak kajian terkait konsumsi albumin juga vit A terhadap kandungan Hb di wanita muda. Sehingga mendorong peneliti guna menjalankan penulisan mengenai hubungan konsumsi albumin juga vit A pada kandungan Hb di wanita muda SMA Muhammadiyah 10 GKB.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian menurut apa yang melatar belakangi tersebut, yaitu “Bagaimana hubungan antara asupan protein dan vitamin A terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 10 GKB?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan guna diketahuinya kaitan konsumsi protein juga vitamin A pada kandungan Hb di pelajar Sekolah Menengah Atas Muhammadiyah 10 GKB.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mengetahui asupan protein pada remaja putri SMA Muhammadiyah 10 GKB.
- b. Mengetahui konsumsi vit A di wanita muda SMA Muhammadiyah 10 GKB.
- c. Mengetahui kandungan Hb di wanita muda SMA Muhammadiyah 10 GKB.
- d. Mengetahui peranan konsumsi albumin di kandungan Hb pada wanita muda SMA Muhammadiyah 10 GKB.
- e. Mengetahui peranan konsumsi vit A pada kandungan Hb di pelajar Sekolah Menengah Atas Muhammadiyah 10 GKB.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Bagi pihak sekolah

Dapat menambah wawasan dan informasi mengenai peningkatan kualitas remaja putri di SMA Muhammadiyah 10 GKB.

b. Bagi prodi ilmu gizi

Hasilnya tulisan penulis bisa menjadi literatur pada memerikan identifikasi dan informasi mengenai kaitannya konsumsi albumin juga vitamin A terhadap kandungan Hb di wanita muda SMA Muhammadiyah 10 GKB.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi remaja putri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait asupan protein dan vitamin A yang dikonsumsi.

b. Bagi masyarakat

Dapat memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan mengenai anemia sehingga dapat mencegah terjadinya anemia khususnya pada remaja putri.

c. Bagi penulis

Dapat menambah pengetahuan serta pengalaman guna diterapkannya wawasan sepanjang menjalani perkuliahan.

1.5 Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis penelitian ini yaitu :

H_0 : tanpa terdapatnya kaitan diantara konsumsi protein juga vitamin A pada kandungan Hb di pelajar Sekolah Menengah Atas Muhammadiyah 10 GKB.

H_a : terdapat kaitan diantara konsumsi albumin dan vitamin A pada kandungan Hb di wanita muda SMA Muhammadiyah 10 GKB.