

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia pada remaja putri merupakan masalah kesehatan yang masih cukup tinggi. Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua kalangan remaja putri. Berdasarkan laporan hasil Riskesdas 2013 didapatkan bahwa anemia lebih banyak terjadi pada perempuan yaitu sebesar (23,9%), dan prevalensi kejadian anemia pada kelompok usia 15-24 tahun sebesar (18,4%). Terjadi peningkatan berdasarkan data Riskesdas 2018 bahwa proporsi anemia pada perempuan (27,2%).

Anemia merupakan suatu keadaan dimana sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam sel darah merah dibawah normal. Remaja putri dapat dikatakan anemia apabila kadar Hb <12 g/dl dan dikatakan kadar Hb normal apabila diatas >12 gr/dl. Lalu anemia pada remaja putri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya sayur, buah, dan makanan berisiko. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang mengatakan bahwa terdapat hubungan vitamin C terhadap kadar hemoglobin. Buah dan sayur termasuk ke dalam asupan vitamin C, apabila asupan vitamin C rendah maka dapat menyebabkan kadar hemoglobin yang rendah. Remaja putri dengan asupan vitamin C yang rendah mempunyai risiko 1,58 kali lebih tinggi menderita anemia dibandingkan remaja putri dengan asupan vitamin C yang mencukupi (Choiriyah, 2015).

Adanya hubungan yang bermakna terhadap vitamin C dengan anemia remaja putri di SMA Negeri 1 Manyar Gresik menyebutkan bahwa remaja putri yang menderita anemia mempunyai asupan zat besi dan asupan vitamin C yang kurang sehingga kadar hemoglobin pada remaja putri dibawah batas normal. Kejadian anemia dapat dicegah dengan mengonsumsi vitamin C yang dapat membantu meningkatkan absorpsi zat besi. Apabila konsumsi zat besi sedikit atau kurang maka vitamin C yang berfungsi sebagai zat yang memperlancar absorpsi zat besi tidak mampu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah (Almatsier et al., 2011).

Faktor lain yang dapat mempengaruhi anemia adalah makanan berisiko. Makanan berisiko yang perlu dikhawatirkan pada remaja putri yaitu makanan manis,

minuman manis, dan makanan berlemak. Hal ini diperkuat dengan teori yang mengatakan bahwa rasio konsumsi lemak/karbohidrat yang meningkat dapat meningkatkan risiko lemak (Jung-Su Chan, Yi-Chun Chen, Eddy Owaga, Khairizka Citra Palupi & Bai, 2014). Penelitian di Indonesia menunjukkan konsumsi minuman manis setiap hari dapat meningkatkan risiko meningkatnya IMT sebesar 0,05-0,06 poin, sehingga dapat meningkatkan risiko overweight dan obesitas (Susilawati, 2020). Homeostasis dan metabolisme zat besi dipengaruhi oleh obesitas ditemukan pada responden dengan kondisi obesitas yang mengalami anemia pada penelitian tersebut (Aigner et al., 2014). Hal ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa dengan mengurangi konsumsi minuman manis saja tidak cukup untuk memperbaiki kualitas asupan pada remaja, sehingga peneliti tertarik untuk melihat hubungan antara konsumsi makanan manis, minuman manis dan makanan tinggi lemak dengan anemia (Alex M Doherty, Allison M Lacko, 2021).

Masih banyak faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri, masalah ini masih menjadi masalah yang sangat tinggi di Indonesia. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan anemia pada remaja putri (12-18 Tahun) pedesaan perkotaan di Indonesia. Maka dari itu penulis melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Makanan Berisiko Dan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri (12-18 Tahun) Pedesaan Dan Perkotaan Di Indonesia”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Di Indonesia dan negara-negara berkembang lainnya anemia masih menjadi masalah gizi yang sangat tinggi. Anemia merupakan suatu masalah yang sering terjadi di kalangan remaja tentunya pada remaja putri. Anemia yang terjadi pada remaja putri harus segera diatasi karena akan berpengaruh nantinya terhadap remaja putri yang akan menjadi seorang ibu dan bisa mempengaruhi janin ketika dia hamil. Apabila remaja putri tersebut terkena anemia, kebutuhan gizinya harus di perhatikan secara baik. Jika tidak diperhatikan secara baik nantinya dapat menyebabkan ibu melahirkan bayi prematur, stunting, BBLR, dan risiko angka kematian pada ibu dan bayi dapat meningkat. Remaja putri juga harus suka dengan sayur dan buah karena itu dapat membantu mengurangi risiko terjadinya anemia, lalu perlu batasi makanan-makanan siap saji yang dapat memicu terjadi anemia. Permasalahan anemia ini harus segera diatasi dengan cara serius dan efektif yang terkait pada konsumsi sayur, konsumsi buah,

dan konsumsi makanan berisiko yang dapat menyebabkan anemia pada remaja putri. Maka peneliti akan melakukan penelitian mengenai hubungan konsumsi sayur, buah, makanan berisiko dan kejadian anemia pada remaja putri (12-18 Tahun) di Indonesia.

1.3 Pembatasan Masalah

Pada penelitian ini, agar pembahasan tidak meluas dan menyimpang terhadap permasalahan yang sedang dibahas, maka dengan ini penulis memilih masalah pada variabel yang diteliti yaitu hubungan konsumsi buah, sayur, makanan berisiko dan kejadian anemia pada remaja putri (12-18 Tahun) perdesaan perkotaan di Indonesia.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dibuat, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang sudah didapatkan, maka perumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara konsumsi buah, sayur, makanan berisiko dan kejadian anemia pada remaja putri (12-18 Tahun) perdesaan perkotaan di Indonesia?”

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu supaya kita dapat mengetahui apakah ada hubungan konsumsi sayur, buah, makanan berisiko dan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri (12-18 Tahun) Perdesaan Perkotaan di Indonesia.

1.5.2 Tujuan Khusus

- Mengkaji karakteristik hubungan konsumsi sayur, buah, makanan berisiko dan kejadian anemia pada remaja putri (12-18 Tahun) perdesaan perkotaan di Indonesia.
- Menganalisis hubungan konsumsi buah dengan kejadian anemia pada remaja putri (12-18 Tahun) perdesaan perkotaan di Indonesia.
- Menganalisis hubungan konsumsi sayur dengan kejadian anemia pada remaja putri (12-18 Tahun) perdesaan perkotaan di Indonesia.
- Menganalisis hubungan makanan berisiko dengan kejadian anemia pada remaja putri (12-18 Tahun) perdesaan perkotaan di Indonesia.

1.6 Manfaat penelitian

1.6.1 Bagi peneliti

Dapat menambah pengetahuan bagi peneliti terhadap anemia yang terjadi pada remaja putri dan peneliti memperoleh pengalaman mengenai anemia pada remaja putri (12-18 Tahun) perdesaan perkotaan di Indonesia serta penelitian ini bisa menjadi referensi untuk peneliti lainnya yang ingin melakukan penelitian yang serupa.

1.6.2 Bagi remaja putri

Agar menambah wawasan bagi remaja putri di Indonesia dalam mengetahui pentingnya mengkonsumsi buah, sayur untuk mencegah penyakit anemia dan menjauhkan makanan yang berisiko memicu penyakit anemia supaya risiko kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia menurun.

1.6.3 Bagi pemerintah, masyarakat, dan akademis

Pada penelitian ini diharapkan dapat dijadikan gambaran dan solusi yang baik terhadap anemia pada remaja putri (12-18 Tahun) perdesaan perkotaan di Indonesia.

1.6.4 Bagi fikes esa unggul

Dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi, informasi, dan dapat mengembangkan pengetahuan bagi mahasiswa terhadap anemia pada remaja putri di Indonesia.

1.7 Keterbaruan Penelitian

Berikut ini adalah keterbaruan pada penelitian yang sudah diteliti mengenai anemia pada remaja putri. Perbedaan penelitian saya dengan penelitian yang sudah ada pada variabel independent saya yaitu konsumsi sayur, buah, dan makanan berisiko. Penelitian yang banyak dilakukan adalah konsumsi tablet tambah darah, pola makan pada anemia, dan faktor risiko terhadap anemia. Keterbaruan lainnya adalah penelitian ini menggunakan responden remaja berskala nasional.

Tabel 1 Keterbaruan Penelitian

NO	Nama Peneliti & Tahun	Judul Jurnal	Variabel Dependen/ Variabel X	Variabel Independen/ Variabel Y	Desain penelitian	Hasil Penelitian
1	Sri Syatriani, Astrina Aryani (2010)	Konsumsi Makanan dan Kejadian Anemia pada Siswi Salah Satu SMP di Kota Makassar	Konsumsi Makanan	Anemia	Cross sectional	Penelitian ini menemukan bahwa konsumsi protein ($p = 0,000$), konsumsi zat besi ($p = 0,002$), konsumsi vitamin B12 ($p = 0,044$) dan konsumsi vitamin C ($p = 0,006$) berhubungan dengan kejadian anemia pada siswi di salah satu SMP Negeri di Makassar.
2	Cynthia Almaratus Sholicha1, Lailatul Muniroh2 (2019)	HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI, PROTEIN, VITAMIN C DAN POLA MENSTRUASI DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI	Asupan, pola menstruasi	Anemia	Cross sectional	Hasil penelitian menunjukkan asupan Fe ($r=0,635$; $p=0,000$), protein ($r=0,663$; $p=0,000$), dan vitamin C ($r=0,780$; $p=0,000$) berhubungan dengan kadar hemoglobin, seperti halnya pola menstruasi berhubungan

		SMAN 1 MANYAR GRESIK				dengan kejadian anemia ($p=0,002$).
3	Ika Trisnawati (2014)	HUBUNGAN ASUPAN FE, ZINC, VITAMIN C DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 4 BATANG	Fe, zinc, vitamin C intake	Anemia	Cross sectional	Ada hubungan yang signifikan antara asupan vitamin C dengan kasus anemia ($p=0,011$).
4	Erlita Febriani, Marudut (2011)	KONSUMSI SAYURAN- BUAH DAN KADAR HEMOGLOBIN REMAJA PUTERI DI PESANTREN IBADURRA HMAN, TANGERANG	Konsumsi Zat Gizi	Kadar HB	Cross sectional	Semua variabel yang diteliti tidak berhubungan dengan kadar Hb ($p>0.05$), hal ini disebabkan karena konsumsi makanan antara satu responden dengan responden yang lain relatif sama.

5	Ni Komang Desi Dina Purwita , I Ketut Kencana, A.A Ngurah Kusumajaya (2018)	GAMBARAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMP NEGERI 3 ABIANSEM AL KABUPATE N BADUNG	GAMBARAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMP NEGERI 3 ABIANSEM KABUPAT EN BADUNG	Status Gizi	Cross sectional	Studi tersebut menemukan bahwa 95,1% sampel memiliki lebih sedikit konsumsi sayuran, dan 56,1% konsumsi.
6	Bishwajit Ghose, and Sanni Yaya (2018)	Fruit and vegetable consumption and anemia among adult non-pregnant women: Ghana Demographic and Health Survey	Survei Demografi dan Kesehatan, Defisiensi Mikronutri en	Anemia	Kuantitatif	secara signifikan [AOR = 9.27; 95% CI [5,15–16,70]] dan anemia sedang [AOR = 6,63; 95% CI [4,21-10,44]], dan konsumsi <5 porsi sayuran / hari dikaitkan dengan kemungkinan lebih tinggi dari anemia sedang [AOR = 2,39; 95% CI [1,14-5,02]] dibandingkan

						dengan mereka yang mengonsumsi > 5 porsi / hari.
7	Abdullah Ahmed Al-alimi , Salem Bashanfer , and Mohammed Abdo Morish (2018)	Prevalence of Iron Deficiency Anemia among University Students in Hodeida Province, Yemen	sayur, buah, ikan, dan daging	Anemia Defisiensi Besi	Cross sectional	Jarang mengonsumsi sayur / buah; daging, ikan, ayam; minum teh; pendapatan rumah tangga rendah; merokok menunjukkan peran yang signifikan ($p < 0,001$) dalam memprovokasi IDA,
8	Isati dan Sutanto Priyo Hastono (2016)	DETERMINAN AN KEJADIAN ANEMIA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 22 KOTA JAMBI	Konsumsi Makan	Anemia	Cross sectional, total sampling.	berhubungan dengan kejadian anemia remaja putri, yaitu kebiasaan konsumsi sumber vitamin C (OR= 2,75; 95% CI = 1,34-5,63).
9	Alfishar Akib, Sri Sumarmi (2017)	Kebiasaan Makan Remaja Putri yang Berhubungan	Asupan Protein, Asupan Zat Enhancer, kebiasaan	Anemia	Metode simple random sampling	Tidak ada hubungan antara asupan karbohidrat ($p=0,275$), vitamin C ($p=0,132$) dan Fe

		dengan Anemia : Kajian Positive Deviance	makan positif			(p=0,618) serta asupan zat inhibitor (p=0,771) dengan status anemia.
10	Nur Ia Kaimudin, Hariati Lestari, usniar Rusli Afa (2017)	SKRINING DAN DETERMIN AN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMA NEGERI 3 KENDARI TAHUN 2017	Skrining, Determinan , Asupan Vitamin C dan Vitamin A	Anemia	Cross sectional, uji chi square	asupan vitamin C berhubungan secara signifikat dengan kejadian anemia pada remaja putri SMA Negeri 3 Kendari Tahun 2017.