

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja adalah masa transisi dari anak – anak menuju dewasa dengan rentang usia 10-19 tahun (WHO, 2015). Pada masa remaja terjadi perubahan fisik, psikologis, hormonal, dan sosial. Selain itu pada masa remaja membutuhkan asupan zat gizi yang cukup banyak karena pada masa ini tubuh mengalami pertumbuhan yang cepat dan aktivitas fisik yang banyak. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami defisiensi asupan zat gizi, hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya. Sehingga remaja putri rentan terhadap anemia.

Anemia adalah keadaan dimana jumlah sel darah merah dan kapasitas oksigen dalam tubuh tidak mencukupi kebutuhan. Menurut data Riskesdas 2013 proporsi anemia pada remaja putri yaitu sebesar 23,9% lebih tinggi dibandingkan dengan proporsi anemia pada laki-laki yaitu sebesar 18,4%. Berdasarkan data Riskesdas 2018 proporsi anemia pada remaja putri yaitu sebesar 27,2% lebih tinggi dibandingkan dengan laki laki yaitu sebesar 20,3% (Simanungkalit dan Simarmata, 2019). Terdapat kasus 3%-75% anemia megaloblastik pada wanita yang tidak mendapatkan asupan asam folat (Tangkilisan dan Rumbajan, 2016). Prevalensi anemia *Pernisiosi* akibat defisiensi Vitamin B12 sebesar 0,1% pada populasi umum dan 1,9% pada lansia berumur 60 tahun (Schechter, 2008) dalam (Serlie *et al.*, 2020). Prevalensi anemia di Jawa Timur pada remaja SMP dan SMA yaitu sebesar 80,2% (Antono, dkk, 2020). Berdasarkan hasil survei Dinas Kesehatan Situbondo pada tahun 2020 terdapat kasus anemia pada remaja putri sebanyak 11%.

Remaja putri rentan mengalami anemia karena disebabkan oleh beberapa faktor seperti adanya perdarahan akibat menstruasi, penyakit infeksi yang dapat mempengaruhi metabolisme zat besi yang membantu dalam pembentukan sel darah merah seperti malaria, infeksi HIV/AIDS, dan infeksi cacingan,serta

kurangnya asupan zat gizi seperti vitamin B12, dan asam folat (Kaimudin, dkk, 2017). Asupan zat gizi berperan penting dalam pembentukan sel darah merah. Menurut Septyasih,dkk (2016) menyatakan bahwa zat gizi yang dibutuhkan sumsum tulang dalam pembentukan hemoglobin yaitu logam (besi, mangan, kobalt, seng, dan tembaga), vitamin (B12, B6, C, E, asam folat, tiamin, riboflavin, asam pentotenat), protein serta hormon (eritropoetin, androgen, dan tiroksin). Apabila makanan yang dikonsumsi kurang mengandung zat gizi yang dibutuhkan dalam pembentukan sel darah merah seperti daging, hati, udang, kerang dan sayuran berdaun hijau, serta memiliki daya serap besi yang rendah, sehingga dapat menyebabkan asupan besi dalam tubuh menjadi kurang, hal tersebut dapat menyebabkan terjadinya anemia. Selain itu anemia dapat disebabkan karena pencernaan dalam lambung tidak berfungsi dengan baik sehingga zat zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh tidak terserap.

Hasil penelitian dari Putri dan Simanjuntak (2015) menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Pengetahuan remaja putri tentang anemia dapat mempengaruhi status anemia remaja. Jika pengetahuan baik maka akan berdampak pada pola makan dan pemilihan bahan makanan yang berpengaruh pada kadar hemoglobin. Selain itu pengetahuan remaja putri tentang bahan makanan yang dapat menghambat penyerapan zat besi sangat penting, agar status anemia pada remaja dapat terkendali kearah normal.

Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pembelajaran yang menyediakan penyelenggaraan makanan untuk memenuhi kebutuhan siswa dan guru. Menurut Ekayanti (2020) penyediaan makanan didalam pondok pesantren terbatas dikarenakan kurangnya biaya. Hal ini menyebabkan asupan zat gizi pada siswa di pondok pesantren tidak mencukupi kebutuhan sehari hari. Asupan yang kurang dapat mempengaruhi pada ketidakcukupan zat gizi baik zat gizi makro maupun mikro. Tidak terpenuhinya asupan zat gizi tersebut merupakan salah satu penyebab anemia. Hasil penelitian Sya`Bani dan Sumarmi (2016) yang dilakukan

di pondok pesantren Darul Ulum Peterong Jombang menunjukkan bahwa terdapat 57% santriwati mengalami anemia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Pondok Pesantren Nurul Huda Situbondo didapatkan bahwa penyediaan makanan dipondok menyediakan jasa *catering*. Beberapa santriwati menggunakan jasa *catering* dan beberapa ada yang tidak menggunakan jasa tersebut. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa santriwati mengatakan bahwa makanan yang dikonsumsi sehari-hari hanya terdapat nasi, lauk nabati, dan juga sayur-sayuran. Protein hewani seperti daging ayam dan sapi, serta ikan hanya dikonsumsi 2-3 kali dalam satu bulan. Menurut Sholicha dan Muniroh (2019) zat gizi yang membantu dalam pembentukan sel darah merah banyak terdapat pada protein hewani seperti daging sapi, unggas, dan ikan. Selain itu protein hewani dapat diserap baik oleh tubuh dibandingkan dengan protein nabati. Santriwati juga mengatakan bahwa belum pernah ada penyuluhan dan informasi tentang anemia dan juga belum pernah memeriksa kadar hemoglobin. Tetapi santriwati Pondok Pesantren Nurul Huda sudah mengonsumsi tablet tambah darah yang diberi oleh puskesmas terdekat. Santriwati hanya mengetahui bahwa tablet tambah darah tersebut sebagai vitamin bukan sebagai salah satu mineral yang dapat mencegah terjadinya anemia. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan asupan vitamin B12, asam folat, dan tingkat pengetahuan remaja putri dengan kejadian anemia di pondok pesantren.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diambil dari uraian latar belakang di atas adalah “Apakah terdapat hubungan antara asupan vitamin B12, asam folat, dan tingkat pengetahuan remaja putri dengan kejadian anemia?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan asupan vitamin B12, asam folat dan tingkat pengetahuan remaja putri dengan kejadian anemia di Pondok Pesantren Nurul Huda Situbondo .

1.3.2 Tujuan khusus

1. Menganalisis hubungan asupan vitamin B12 dengan kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Nurul Huda Situbondo
2. Menganalisis hubungan asupan asam folat dengan kejadian anemia remaja putri di Pondok Pesantren Nurul Huda Situbondo
3. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan remaja putri dengan kejadian anemia di Pondok Pesantren Nurul Huda Situbondo

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman dan wawasan dibidang gizi khususnya mengenai hubungan asupan vitamin B12, asam folat, dan tingkat pengetahuan remaja putri dengan kejadian anemia di pondok pesantren.

1.4.2 Manfaat bagi institusi

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk dijadikan referensi pengetahuan ilmu gizi khususnya mengenai hubungan asupan vitamin B12, asam folat, dan tingkat pengetahuan remaja putri dengan kejadian anemia

1.4.3 Manfaat bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk menambah informasi kepada remaja anemia khususnya asupan yang harus dikonsumsi remaja agar terhindar dari anemia.

1.4.4 Manfaat bagi teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.