

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1.Latar Belakang**

Anemia merupakan suatu keadaan dimana jumlah eritrosit (sel darah merah) atau kadar hemoglobin (Hb) dalam darah dibawah nilai normal berdasarkan umur, jenis kelamin, dan kehamilan (Adriani dan Wirjatmadi, 2012). Di Indonesia, penderita anemia semakin meningkat. Hal ini di buktikan dengan data hasil Riskesdas pada tahun 2018 bahwa penderita anemia pada tahun 2018 sebesar 48,9% yang sebelumnya pada tahun 2013 hanya sebesar 37,1% (Kemenkes RI,2018).

Pemerintah telah mengeluarkan Permenkes No.88 tahun 2014 tentang standart tablet tambah darah bagi wanita usia subur dan ibu hamil. Peraturan ini dibuat dalam rangka mencegah dan menanggulangi terjadinya anemia gizi besi pada wanita usia subur dan diprioritaskan pada ibu hamil (Kemenkes RI,2014). Namun, berdasarkan hasil program penanggulangan anemia oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Jember pada tahun 2018, anemia dikalangan remaja sebesar 41,6%.

Data-data tersebut mengindikasikan bahwa anemia adalah salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia, khususnya di Kabupaten Jember. Selama ini pemberian tablet tambah darah masih banyak terpusat pada ibu hamil, padahal remaja putri perlu diberikan perhatian lebih karena nantinya akan menjadi calon ibu sehingga dapat mencegah anemia sedini mungkin (Fikawati dkk, 2017 ).

Remaja putri dalam usia reproduksi yang memiliki pertumbuhan dan perkembangan berlangsung cepat dan aktif serta memerlukan zat- zat gizi yang lebih besar dari kelompok umur yang lain. Hal ini di sebabkan karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya. Selain itu, sebagian remaja putri lebih menerapkan “ *well-balanced diet*” . Hal ini dilakukan untuk menjaga berat badan agar terlihat tetap proposional sehingga remaja putri lebih banyak mengalami kekurangan zat gizi (Notoatmodjo,2011;Fikawati dkk, 2017 ).

Dampak dari terjadinya anemia pada remaja dapat mengganggu produktivitas remaja diantaranya menurunnya produktivitas kerja maupun kemampuan

akademis di sekolah karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi belajar. Selain itu, berdasarkan siklus daur hidup anemia juga berpengaruh besar pada masa kehamilan dan persalinan seperti terjadinya abortus dan melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (Adriani dan Wirjatmadi,2012).

Penyebab terjadinya anemia beraneka ragam antara lain seperti perdarahan patologis akibat penyakit malaria atau infeksi parasit seperti cacingan dan peningkatan kebutuhan. Selain itu, kurangnya pengetahuan tentang anemia, sikap yang tidak mendukung yaitu dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan yang dapat mengganggu penyerapan zat besi seperti minum teh setelah makan. Pembentukan hemoglobin akan terganggu apabila zat gizi yang diperlukan tidak mencukupi (Listiana,2016).

Remaja dengan pola konsumsi yang kurang tepat memiliki resiko lebih besar mengalami anemia (Kirana,2011). Remaja putri yang tinggal di asrama lebih berisiko kekurangan asupan zat gizi dibandingkan dengan remaja yang tidak tinggal di asrama (Intiful dkk, 2013). Salah satunya remaja putri yang tinggal di pondok pesantren. Remaja putri yang tinggal di Pondok Pesantren juga mempunyai risiko terkena anemia (Puspita, 2009). Hal ini berkaitan dengan penyelenggaraan makanan di pesantren umumnya sangat sederhana dan santriwati yang diharuskan tinggal di pondok pesantren membuat mereka belum bisa memenuhi kebutuhan pangannya sendiri. Kondisi ini membuat pondok pesantren harus menyediakan pelayanan makanan sebaik mungkin untuk memenuhi kebutuhan para santri.

Pengendalian anemia dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti suplementasi tablet besi, fortifikasi makanan dengan besi, meningkatkan konsumsi zat besi dari makanan, serta manajemen pola makan. Dengan mengkonsumsi pangan hewani dalam jumlah cukup dan menambah konsumsi pangan untuk memudahkan absorpsi besi pada tubuh (Camaschella, 2015;Fikawati dkk, 2017).

Berdasarkan kegiatan analisis situasi yang telah dilakukan, sebanyak 54% santriwati yang tinggal di Pondok Pesantren Al-Hasan Jember memiliki nilai kadar hemoglobin dibawah nilai normal. Penyelenggaraan makan di pondok

pesantren merupakan bagian penting dalam menentukan status gizi santriwati. Salah satu upaya untuk mempertahankan status gizi santri tersebut agar tetap baik, perlu kiranya pondok pesantren perlu mempertahankan dan meningkatkan konsumsinya agar tetap adekuat pada proses penyelenggaraan makanannya (Kusudaryati dan Prananingrum,2018).

Pondok Pesantren Al-Hasan merupakan salah satu intitusi yang melakukan penyelenggaraan makanan. Standart gizi yang belum sesuai dengan kebutuhan dan sumber daya yang ada. Menu yang di sediakan oleh pondok pesantren yang berulang sehingga menurunkan konsumsi dari santriwati itu sendiri. Pada analisis situasi penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Al-Hasan bahan makanan yang akan diolah berasal dari penjual sayur sekitar Pondok Pesantren Al-Hasan. Selain itu, di Pondok Pesantren Al-Hasan belum adanya siklus menu yang diterapkan.

Penerapan siklus menu diperlukan untuk mencukupi kebutuhan gizi dari santriwati pondok pesantren dan dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Selain itu dapat mengurangi prevalensi anemia di Kabupaten Jember.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian di Pondok Pesantren Al-Hasan Jember dengan mengambil judul “Penerapan Siklus Menu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Santriwati Pondok Pesantren Al-Hasan Jember”.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut : “Apakah terdapat pengaruh penerapan siklus menu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada santriwati Pondok Pesantren Al-Hasan?”.

### **1.3. Tujuan**

#### 1.3.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan siklus menu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada santriwati Pondok Pesantren Al-Hasan

#### 1.3.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian adalah :

1. Menganalisis perbedaan kadar hemoglobin sebelum penerapan siklus menu pada santriwati Pondok Pesantren.
2. Menganalisis pengaruh penerapan siklus menu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada santriwati Pondok Pesantren.

### **1.4. Manfaat**

#### 1.4.1. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Jember untuk mengembangkan program dan intervensi yang tepat dalam upaya peningkatan gizi dan pencegahan anemia pada remaja putri yang tinggal di asrama atau Pondok Pesantren. Selain itu, memberikan sumbangan pemikiran bagi pihak Pondok Pesantren dalam rangka mencukupi kebutuhan gizi dari santriwati pondok pesantren dan dapat meningkatkan kadar hemoglobin serta sebagai referensi untuk pengembangan dan penelitian lebih lanjut

#### 1.4.2. Manfaat Teoritis

Selain manfaat praktis yang telah dipaparkan, penelitian ini juga memiliki manfaat teoritis yaitu dapat menjadi bahan pustaka dan wacana bagi mahasiswa atau pihak lain yang memiliki ketertarikan dibidang yang sama.