

# **BAB 1. PENDAHULUAN**

## **1.1 Latar Belakang**

Masalah gizi yang biasa dialami pada remaja salah satunya adalah anemia. Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dan eritrosit lebih rendah daripada nilai normal (Kulsum, 2020). Pada dasarnya anemia dipengaruhi secara langsung oleh salah satunya yaitu konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Secara umum, konsumsi makanan berkaitan erat dengan status gizi. Bila makanan yang dikonsumsi mempunyai nilai yang baik, maka status gizi juga baik, sebaliknya bila makanan yang dikonsumsi nilai gizinya kurang, maka akan menyebabkan kekurangan gizi dan dapat menimbulkan anemia.

Berdasarkan hasil Riskesdas, pada tahun 2018 prevalensi anemia pada remaja sebesar 48,9% (Kemenkes RI, 2018). Provinsi Jawa Timur memiliki prevalensi anemia pada remaja sebesar 19,6% (Dinkes Jatim, 2020). Dan hasil studi pendahuluan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember angka kejadian anemia pada remaja putri pada tahun 2022 sebanyak 14,7%. Kementerian Kesehatan telah melakukan intervensi spesifik dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri. Selain itu, Kemenkes RI juga melakukan penanggulangan anemia melalui edukasi dan promosi gizi seimbang, fortifikasi zat besi pada bahan makanan serta penerapan hidup bersih dan sehat. Hal-hal yang harus dilakukan kepada para remaja adalah memastikan gizinya terpenuhi, fisiknya kuat, rutin olahraga (Kemenkes RI, 2021).

Mahasiswi tergolong dalam kelompok usia peralihan dari masa remaja menjadi dewasa atau bisa juga disebut remaja akhir, pada masa peralihan ini terkadang kurang diperhatikan, sehingga tidak sedikit yang mengalami gangguan kesehatan, salah satunya adalah anemia. Anemia pada mahasiswi atau remaja putri sering kali disepelekan, sementara hal ini dapat disebabkan karena pada periode tersebut terjadi pertumbuhan pesat kedua setelah periode bayi, serta terjadinya menstruasi (Putri D.A, 2018).

Dampak anemia pada remaja juga dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional. Hal ini dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun, lemas, letih, lesu, konsentrasi belajar pun terganggu sehingga membuat

prestasi belajar menurun, dan juga mengakibatkan produktifitas kerja yang rendah (Suryanti dkk., 2017).

Penyebab dari tingginya prevalensi anemia pada remaja putri salah satunya disebabkan oleh pola makan yang salah, tidak teratur dan tidak seimbang, sehingga dapat menyebabkan defisiensi besi, defisiensi asam folat, vitamin B12 dan protein. Secara langsung anemia terutama disebabkan karena produksi/kualitas sel darah merah yang kurang dan kehilangan darah baik secara akut atau menahun. Sebagian besar anemia terjadi karena kekurangan zat besi sebagai akibat dari kurangnya asupan makanan sumber zat besi khususnya sumber pangan hewani dan nabati. (Fitriani dalam Utami dkk., 2019).

Salah satunya yaitu status gizi merupakan keadaan dimana kesehatan tubuh seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi makanan. Status gizi seseorang dapat digunakan untuk mengetahui keadaan gizinya baik atau sebaliknya (Geswar, 2017). Pola makan menjadi permasalahan utama dikarenakan asupan makanan yang dikonsumsi akan berpengaruh terhadap pertumbuhan, serta konsentrasinya dalam belajar. Menurut Kanah (2020) selain pola makan, pengetahuan tentang gizi juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi, semakin rendah pengetahuan tentang gizi akan semakin kurang baik pola makannya dan akan semakin besar kemungkinan untuk memiliki status gizi kurang hingga berlebih.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, dari 15 responden mahasiswi, terdapat 20% mahasiswi yang mengalami anemia, 20% mahasiswi yang mengalami gizi kurang. Berdasarkan masalah tersebut penulis ingin melakukan penelitian mengenai hubungan pola makan dan status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswi. Penelitian ini dilakukan untuk mahasiswi Politeknik Negeri Jember karena merupakan kampus vokasi dimana sistem belajarnya dibebankan pada praktikum sebesar 70% dibanding teori 30% yang dapat mempengaruhi pola makan dan status gizi mahasiswi karena mengerjakan laporan praktikum dan tugas-tugas lainnya.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang diatas, rumusan masalah yang diambil adalah sebagai berikut: “Apakah ada hubungan pola makan dan status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswi?”

### **1.3 Tujuan**

#### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola makan dan status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswi jurusan kesehatan.

#### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi pola makan pada mahasiswi jurusan kesehatan
2. Untuk mengidentifikasi status gizi pada mahasiswi jurusan kesehatan
3. Untuk menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada mahasiswi jurusan kesehatan
4. Untuk menganalisis hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswi jurusan kesehatan

### **1.4 Manfaat**

#### 1.4.1 Bagi Instansi

Menambah ilmu pengetahuan di lingkungan Politeknik Negeri Jember tepatnya di program Gizi Klinik.

#### 1.4.2 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi bagi masyarakat tentang hubungan pola makan dan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

#### 1.4.3 Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar penelitian selanjutnya yang berkaitan tentang hubungan pola makan dan status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswi.