

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Masalah gizi pada hakikatnya merupakan masalah kesehatan masyarakat, tetapi penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Penyebab timbulnya masalah gizi adalah multifaktor, oleh karena itu harus melibatkan berbagai sektor terkait dalam upaya penanggulangannya. Masalah gizi di negara berkembang termasuk Indonesia masih didominasi oleh masalah Kurang Energi Protein (KEP), masalah Anemia Besi, masalah Gangguan Akibat Kekurangan Garam Yodium (GAKY), masalah Kurang vitamin A (KVA) dan masalah obesitas terutama di kota-kota besar (Supariasa dkk, 2001).

Anemia adalah suatu keadaan ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (hemoglobin) tidak mencukupi kebutuhan fisiologi tubuh (Risksedas, 2013). Di dalam kamus gizi (2009) anemia diartikan keadaan kekurangan sel darah merah (eritrosit), umumnya akibat dari kekurangan zat besi dari konsumsi makanan atau kehilangan darah yang berlebihan dan tidak mampu diganti dengan konsumsi makanan.

Zat besi merupakan mineral mikro yang paling banyak terdapat di dalam tubuh manusia dan hewan yaitu sebanyak 3-5 gram. Zat besi dalam makanan terdapat dalam bentuk besi heme seperti dalam hemoglobin dan mioglobin makanan hewani, dan besi non heme dalam makanan nabati. Absorpsi zat besi dalam tubuh terjadi di bagian atas usus halus (duodenum) dengan bantuan alat angkut protein khusus yaitu transferin dan ferritin. Sebagian besar transferin membawa zat besi ke sumsum tulang dan bagian tubuh lain. Di dalam sumsum tulang zat besi digunakan untuk membuat hemoglobin yang merupakan bagian dari sel darah merah. Sisanya dibawa ke jaringan tubuh yang membutuhkan (Almatsier, 2004).

Vitamin C dapat meningkatkan absorpsi dari zat besi dalam bentuk non heme menjadi empat kali lipat. Vitamin C berperan dalam memindahkan zat besi dari transferin di dalam ke ferritin hati (Almatsier, 2004). Tanda yang

biasanya khas pada anemia yaitu pucat, mudah lelah, berdebar, dan sesak nafas. Keputatan dapat diperiksa pada telapak tangan, kuku dan konjungtiva palpebra (Arisman, 2004).

Hemoglobin adalah indikator yang digunakan secara luas untuk menetapkan prevalensi anemia. Hemoglobin merupakan senyawa pembawa oksigen pada sel darah merah. Hemoglobin dapat diukur secara kimia dan jumlah Hb/100 ml darah dapat digunakan sebagai indeks kapasitas pembawa oksigen pada darah. Kandungan hemoglobin yang rendah dengan demikian mengindikasikan anemia (Supriasa dkk, 2001).

Prevalensi anemia penduduk umur >1 tahun dengan keadaan anemia mencapai 21,7% secara nasional, menurut karakteristik kelompok umur 14-24 tahun sebesar 18,4%, dan menurut jenis kelamin (perempuan) lebih besar 23,9% (riskesdas, 2013). Menurut data Kemenkes (2013), prevalensi anemia pada remaja putri usia 13-18 tahun sebesar 21,7%, prevalensi yang lebih dari 15% menyebabkan anemia pada remaja putri menjadi salah satu masalah kesehatan di Indonesia. Penelitian yang dilakukan Seameo Recfon (2016) di kabupaten Malang, ditemukan sebanyak 11% remaja putri menderita anemia.

Hasil penelitian Kusuma (2014), ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja putri terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada siswi kelas X SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta. Menurut hasil Penelitian Kirana (2011) yang dilakukan di SMAN 2 Semarang sebanyak 36,7% subjek termasuk dalam kategori anemia. Semakin tinggi asupan zat gizi baik protein, vitamin A, vitamin C, dan zat besi maka semakin tinggi pula kadar hemoglobin yang berarti kejadian anemia semakin rendah.

Hasil baseline data yang dilakukan pada bulan September 2017 pada santri remaja putri di Pondok Pesantren Hidayatullah Arrohmah Malang dari 66 sampel ditemukan sebanyak 23% remaja putri menderita anemia dengan kadar Hemoglobin 7 gr/dL sebanyak 1 orang, 10 gr/dL sebanyak 2 responden, 11 gr/dL sebanyak 12 responden, 12 gr/dL sebanyak 23 responden, 13 gr/dL sebanyak 18 responden, 14 gr/dL sebanyak 4 responden dan 15 gr/dL sebanyak 1 responden. Hasil tingkat pengetahuan 20% dalam kategori baik,

57% kategori sedang, dan 23% kategori kurang. Hasil tingkat konsumsi protein 24% dalam kategori Defisit Tingkat Berat, 18% Kategori Defisit Tingkat Sedang, 32% Defisit Tingkat Ringan, 15% Normal dan 12% diatas AKG. Hasil tingkat konsumsi zat besi 88% dalam kategori Defisit Tingkat Berat, 6% Defisit Tingkat Ringan, 3% Defisit Tingkat Sedang, 3% dalam kategori normal. Hasil tingkat Konsumsi Vitamin C 65% kategori Defisit Tingkat Berat, 6% Defisit Tingkat Sedang, 6% Norma kategori normal dan 26% diatas AKG.

Berdasar kondisi diatas penulis tertarik untuk meneliti pengaruh penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan, tingkat konsumsi protein, zat besi, vitamin C pada santri remaja putri di pondok Pesantren Hidayatullah Arrohmah Malang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut : Apakah ada pengaruh tingkat pengetahuan, tingkat konsumsi protein, zat besi, vitamin C dan kadar Hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi pada santri Pondok Pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan, tingkat konsumsi protein, zat besi, vitamin C dan kadar Hemoglobin sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan setelah diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang

- c. Menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- d. Mengetahui tingkat konsumsi protein sebelum diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- e. Mengetahui tingkat konsumsi protein setelah diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- f. Menganalisis perbedaan tingkat konsumsi protein sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- g. Mengetahui tingkat konsumsi zat besi sebelum diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- h. Mengetahui tingkat konsumsi zat besi setelah diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- i. Menganalisis perbedaan tingkat konsumsi zat besi sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- j. Mengetahui tingkat konsumsi vitamin C sebelum diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- k. Mengetahui tingkat konsumsi vitamin C setelah diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- l. Menganalisis perbedaan tingkat konsumsi vitamin C sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang

- m. Mengetahui kadar hemoglobin sebelum diberikan penyuluhan gizi pada pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- n. Mengetahui kadar Hemoglobin sesudah diberikan penyuluhan gizi pada pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang
- o. Menganalisis perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi pada pada santri remaja putri di pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang

**D. Manfaat Penelitian**

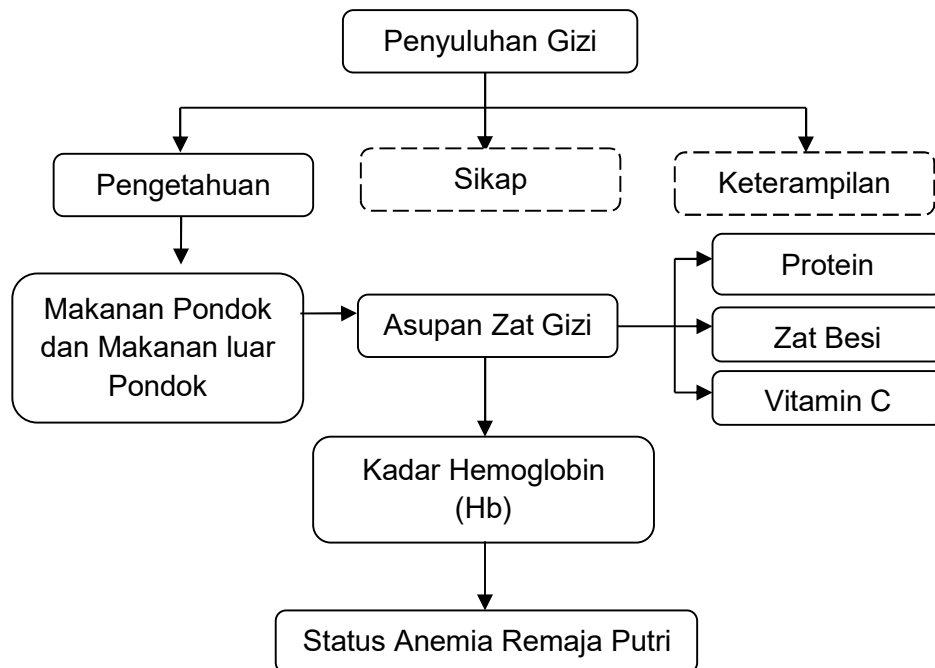
a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi tambahan bagi penelitian dibidang kesehatan terutama terkait anemia pada remaja putri di Pondok pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang.


b. Manfaat Praktis


Hasil penelitian ini, dapat memberikan informasi kadar Hemoglobin santri remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi agar dapat dijadikan pertimbangan dalam upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada santri di Pondok Pesantren Hidayatulloh Arrohmah Malang.

**E. Kerangka Pikir Penelitian**



Keterangan :

 : Diteliti

 : Tidak Diteliti

#### **F. Hipotesis Penelitian**

Ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan, tingkat konsumsi protein, zat besi, vitamin C dan kadar hemoglobin pada santri remaja putri pondok pesantren Hidayatullah Arrohmah Malang.