

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu masalah gizi yang dihadapi oleh remaja Indonesia adalah anemia, hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan oleh Prastowo (2020), yaitu Indonesia telah dihadapkan pada tiga masalah gizi, yakni gizi buruk, obesitas dan kekurangan gizi mikro (defisiensi besi) atau anemia. Menurut *World health organization* atau WHO, prevalensi anemia dunia sekitar 40-88%. Anemia remaja putri mencapai 53,7% pada negara-negara berkembang.

Anemia rentan terjadi pada remaja putri (23%) dibandingkan remaja laki-laki (12%) (Kemkes, 2018). Hal tersebut dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan, sehingga kehilangan darah berisiko terhadap kejadian anemia. Berdasarkan Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012, menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1% dan pada Wanita Usia Subur (WUS) usia 19-45 tahun sebesar 39,5% (Rahayu, 2019). Menurut Riskesdas 2013, anemia sebesar 37,1% dan pada 2018 mengalami peningkatan menjadi 48,9%, dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun (Kemkes, 2018).

Data terakhir tahun 2018 menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia sebanyak 32%, menurut MOST (2004:Briawan, 2013), klasifikasi masalah kesehatan masyarakat termasuk berat jika prevalensi anemia $\geq 40\%$, sedang 20-39%, ringan 5-19,9% dan normal jika $< 5\%$. Sehingga jumlah 32% tersebut termasuk dalam masalah anemia sedang. Selain itu, menurut Karyadi, (2020), berdasarkan *Global Nutrition Report* tahun 2018 tentang profil masalah gizi di Indonesia, anemia pada wanita subur (15-49 tahun) masih menjadi masalah, usia subur termasuk didalamnya usia remaja. Laporan menunjukkan tidak ada kemajuan penanganan atau bahkan memburuk, hal tersebut menunjukkan anemia masih masalah

Salah satu anemia yang rentan terjadi pada remaja putri yaitu anemia defisiensi besi, faktor yang menyebabkan anemia defisiensi besi pada remaja putri adalah pola makan dan defisiensi zat gizi terkait anemia. Penelitian menunjukkan 43% remaja putri di Bengkulu mengalami anemia defisiensi besi dan 79.25% memiliki pola makan yang tidak baik (Suryani, 2015).

Penelitian tersebut sejalan dengan Depkes (1998), anemia terjadi karena: (1) kandungan zat besi makanan yang dikonsumsi tidak mencukupi kebutuhan, (2) meningkatnya kebutuhan tubuh akan zat besi, dan (3) meningkatnya pengeluaran zat besi dari tubuh. Jika pada remaja putri terjadi pola makan kurang dan tidak tepat, mengalami defisiensi besi, defisiensi zat gizi enhancer seperti vitamin C, dan setiap bulannya mengalami menstruasi maka akan meningkatkan potensi terjadinya anemia. Menurut Handayani (2021), remaja putri cenderung memiliki persepsi yang negatif dalam mendeskripsikan *body image* sehingga mendorong pola makan yang buruk. Pola makan dan asupan zat gizi tersebut nantinya menjadi faktor risiko terjadinya anemia. Oleh karena itu, kondisi tersebut mengindikasikan pentingnya penelitian lebih lanjut mengenai pola makan dan asupan zat gizi remaja putri terkait kejadian anemia.

Pentingnya penelitian terhadap remaja juga dikhususkan karena pada usia remaja termasuk dalam lingkaran spiral, yakni apabila ada masalah kesehatan pada remaja putri, maka akan menyebabkan masalah pada tahap selanjutnya. Selain itu, diketahui angka kelahiran (*Age Specific Fertility Rate/ASFR*) di Indonesia pada data SDKI (2017) mencapai 57,2% pada usia 15-19 tahun atau usia remaja, sehingga secara khusus anemia yang dialami remaja putri akan berdampak lebih serius mengingat mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan seorang bayi sehingga dengan mengatasi anemia akan memperkecil resiko ibu bayi lahir prematur, bayi lahir dengan defisiensi besi, dan berat bayi lahir rendah atau BBLR (Karyadi, 2020).

Dampak anemia tersebut juga berkaitan dengan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024, bahwa target penurunan masalah gizi pada tahun 2024, yaitu stunting menjadi 14% dan wasting menjadi 7%. Terkait hal tersebut, salah satu upaya yang diperhatikan adalah memastikan remaja putri sehat bebas dari anemia, sehingga nantinya menjadi ibu hamil sehat tanpa anemia dan melahirkan anak sehat tidak stunting, wasting, atau memiliki masalah gizi lainnya (Dhipo, 2020). Berkaitan dengan target tersebut, adanya 32% atau 3 dari 4 remaja putri yang mengalami anemia tersebut tentu masih menjadi masalah yang perlu ditangani.

Penelitian ini menggunakan metode *scoping review* yang merupakan rancangan penelitian berupa ulasan terkait topik tertentu dengan menggunakan pertanyaan umum atau tidak terlalu spesifik berkaitan dengan pemetaan konsep atau definisi, namun tetap sistematis dalam pencarian

literatur, dipilih, disusun, dianalisis dan disimpulkan sesuai kriteria yang telah ditetapkan. Tujuan penelitian menggunakan *scoping review*, penulis ingin mempelajari hubungan pola makan, tingkat konsumsi energi, protein, zat besi, dan vitamin C dengan status anemia remaja putri di Indonesia menggunakan studi literatur berdasarkan hasil penelitian yang berkaitan dan hampir sama.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan pola makan, konsumsi energi, protein, zat besi, dan vitamin C dengan status anemia remaja putri di Indonesia?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mempelajari hubungan pola makan, konsumsi energi, protein, zat besi dan vitamin C dengan status anemia remaja putri di Indonesia

2. Tujuan Khusus

- a. Mempelajari hubungan pola makan dengan konsumsi energi
- b. Mempelajari hubungan pola makan dengan konsumsi protein
- c. Mempelajari hubungan pola makan dengan konsumsi zat besi
- d. Mempelajari hubungan pola makan dengan konsumsi vitamin C
- e. Mempelajari hubungan konsumsi energi dengan status anemia remaja putri di Indonesia
- f. Mempelajari hubungan konsumsi protein dengan status anemia remaja putri di Indonesia
- g. Mempelajari hubungan konsumsi Zat besi dengan status anemia remaja putri di Indonesia
- h. Mempelajari hubungan konsumsi vitamin C dengan status anemia remaja putri di Indonesia

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan ilmu pengetahuan tentang hubungan pola makan, tingkat konsumsi energi, protein, zat besi, dan vitamin C dengan status anemia remaja putri di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi pertimbangan untuk merencanakan program intervensi gizi dalam upaya menekan anemia defisiensi besi pada remaja putri, serta dapat dijadikan acuan untuk pola makan, tingkat konsumsi energi, protein, zat besi, dan vitamin C pada remaja putri di Indonesia.