

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permasalahan kesehatan pada remaja yang sering terjadi di Indonesia diantaranya ada empat masalah kesehatan yang dinilai paling sering dialami oleh remaja Indonesia antara lain kekurangan zat besi (anemia), kurang tinggi badan (stunting), kurang energi kronis (kurus), dan kegemukan atau obesitas. (Soerosas.2018).

Khususnya anemia pada remaja putri harus diwaspadai karena berisiko menyebabkan masalah kesehatan ketika hamil nanti. Beberapa dampak anemia pada remaja putri apabila anemia tersebut tidak ditangani dengan serius sampai dengan remaja tersebut akan menjadi ibu nantinya hamil. maka ibu hamil dari remaja tersebut akan berisiko tinggi bisa menyebabkan lahir BBLR, Prematur, dan komplikasi pasca melahirkan (Novita dkk.2022)

Salah satu tujuan dari *Sustainable Development Goals* (SDGs) yaitu untuk membangun kesehatan berkelanjutan. Anemia adalah salah satu target SDGs ke-2 dan ke-3 untuk mengurangi semua bentuk kekurangan gizi dan memastikan kehidupan yang sehat untuk semua usia pada tahun 2030. (WHO, 2018).

Menurut *World Health Organization 2020* Prevalensi rendah anemia untuk di dunia kira-kira 1,32 miliar jiwa atau sekitar 25% dari populasi manusia di dunia, dimana angka tersebut tertinggi di benua Afrika sebanyak sekitar 44,4%, Benua Asia sebanyak 25% - 33,0% dan terendah di benua Amerika utara sebanyak 7,6%. (WHO 2020)

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2020) menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia tahun 2020 menurut karakteristik umur 5-14 tahun prevalensi anemia sebesar 26,8% dan umur 15-24 tahun prevalensi anemia sebesar 32,0% dan berdasarkan jenis kelamin kejadian anemia pada laki-laki sebesar 20,3% dan prevalensi anemia pada perempuan umur 15-24 tahun menunjukkan sebesar 27,2% dapat dilihat dari data tersebut bahwa kejadian anemia lebih tinggi pada perempuan (Riskesdas 2018)

Menurut Dinas kesehatan propinsi Jawa Barat (Dinkes Jawa Barat, 2020). Angka kejadian anemia pada kelompok remaja di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2018 mencapai 41,5%. Pada tahun 2018 angka kejadian anemia pada kelompok remaja di provinsi Jawa Barat mencapai 41,5%. Prevalensi anemia pada remaja di kabupaten Bandung sebesar 12,9%(Dinkes Jawa Barat, 2020)

Anemia adalah kondisi yang dimana jumlah sel darah merah atau masa eritrosit berkurang sehingga tidak dapat bisa memenuhi kebutuhan oksigen jaringan perifer. Secara klinis, anemia diukur dengan menggunakan penurunan kadar hemoglobin, hematokrit, dan sel darah merah atau eritrosit. tetapi yang paling sering adalah pengujian kadar hemoglobin. (Kurnia dkk, 2022)

Faktor penyebabnya kejadian anemia yang dialami bagi remaja putri yaitu kurangnya asupan gizi sehingga mempengaruhi pemilihan dalam konsumsi makanan yang bergizi, dan adanya kebiasaan tidak sarapan di pagi hari, dan adanya kebiasaan minum teh dan kopi yang sering dilakukan remaja sehingga terjadi terhambatnya di dalam tubuh untuk proses penyerapan zat besi, serta asupan

beberapa zat gizi diantaranya : Energi, protein serta vitamin C yang kurang dari AKG serta asupan zat besi. (Budiarti dkk,2020)

Pola makan yang baik yaitu mengandung sumber energi,sumber zat pembangun dan sumber zat pengatur.untuk semua zat gizi itu di perlukan untuk pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh serta perkembangan otak dan produktifitas kerja,Adapun pola makan yang kurang baik yaitu dimana kebiasaan mengkonsumsi makanan sehari-hari yang tidak sehat seperti melewati sarapan di pagi hari,terlalu sering mengkonsumsi minuman yang manis, mengkonsumsi junkfood,mengkonsumsi makanan cepat saji.dan terlalu sering mengkonsumsi kopi di bandingkan air putih(Rahmalia,2015)

Masa remaja sering dikenali dengan masa transisi atau masa peralihan,dimana pada masa tersebut juga sangat rentan dan sangat sensitif dengan masa yang sulit oleh karena itu remaja biasanya berjuang menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan tersebut yang akan berpengaruh terhadap sikap dan tingkah laku tersebut.Fase remaja mengalami tiga tahap remaja awal mulai usia 12-14 tahun,Remaja tengah dari usia 14-17 tahun,Remaja akhir usia 17-21 tahun (azahra,k. 2019)

Menurut penelitian yang telah dilakukan (Astuti 2021) terkait gambaran pola makan dengan kejadian anemia pada mahasiswa prodi DIII Kebidanan Universitas Kusuma husada Surakarta didapatkan hasil tersebut bahwa mahasiswa dengan pola makan tidak teratur yang mengalami anemia sebanyak 2 (22,2 %) orang sedangkan yang tidak anemia ada 7 (77,8 %) orang. Sedangkan mahasiswa dengan pola makan

teratur dengan kadar Hb Anemia sebanyak 2 (8,3 %) orang, dan kadar Hb normal sebanyak 22 (91,7 %) orang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan pola makan yang teratur memiliki kadar HB yang normal sebanyak 22 (91,7 %) orang, dan hanya ada 2 (8,3 %) orang dengan kadar Hb anemia dengan pola makan yang teratur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan pola makan yang teratur memiliki kadar Hb yang normal. Keanekaragaman konsumsi makanan sangat dibutuhkan untuk menunjang ketersediaan zat besi dalam tubuh. Berbagai macam jenis vitamin seperti vitamin A, Vitamin C, Zinc, asam folat serta berbagai macam jenis protein hewani mampu membantu proses penyerapan zat besi dalam tubuh.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan kepada mahasiswa D3 Kebidanan Universitas Bhakti Kencana Bandung, Didapatkan hasil data awal yang dilakukan dengan menggunakan google form dengan jumlah 59 mahasiswa yang mengisi google form terkait pertanyaan pola makan yang meliputi jenis makan, frekuensi makan, dan jumlah makan. Didapatkan 59,2% mahasiswi D3 Kebidanan yang sering mengkonsumsi junkfood dan makanan cepat saji dibandingkan mengkonsumsi protein hewani, protein nabati, sayuran dan buah-buahan yang berkaitan dengan penyerapan zat besi. dan rata-rata jawaban mahasiswi adalah sering makan sesempatnya, tidak teratur dan tidak makan sesuai dengan waktu makan. Setelah dilakukannya pengisian google form ditemukan juga bahwa D3 Kebidanan merupakan salah satu program studi yang memiliki kegiatan akademik yang lebih banyak dibandingkan program studi lainya sehingga dengan banyaknya kegiatan tersebut pola makanya tidak teratur dan mahasiswa tersebut

cenderung memilih makanan junkfood dan makanan cepat saji dibandingkan makanan sehat lainnya.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian Laporan Tugas Akhir dengan judul "Gambaran Kebiasaan Pola Makan dengan kejadian Anemia pada remaja putri"

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana Gambaran Kebiasaan Pola makan Dengan Kejadian Anemia pada remaja Putri DIII Kebidanan Universitas Bhakti Kencana Bandung ? ”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Gambaran Kebiasaan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Mahasiswi D3 Kebidanan

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui gambaran kebiasaan pola makan pada remaja putri D3 kebidanan
2. Untuk mengetahui gambaran kebiasaan kejadian angka anemia pada remaja putri D3 kebidanan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Mamfaat Teoritis

Hasil penelitian ini di dapatkan untuk menggambarkan kebiasaan pola makan dengan kejadian anemia sehingga terbentuklah pola makan yang baik agar tidak terjadi anemia pada remaja putri

1.4.2 Mamfaat Praktis

1. Hasil penelitian berharap dapat membantu remaja putri untuk dapat membentuk pola makan yang baik.
2. Hasil penelitian ini berharap dapat membantu praktisi kesehatan dalam mencegah anemia yang berhubungan dengan pola makan