

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Visi pembangunan kesehatan Indonesia Sehat 2013 diantaranya adalah meningkatkan perilaku yang produktif untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, mencegah resiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan masyarakat. Hal tersebut sebagai upaya memperoleh SDM berkualitas dimana SDM yang berkualitas dipengaruhi oleh dua faktor penting yaitu faktor kesehatan dan faktor gizi (Buletin Depkes RI, 2013).

Pada periode seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) yaitu 270 hari selama kehamilan dan 730 hari pertama kehidupan merupakan periode sensitif karena akibat yang ditimbulkan terhadap bayi pada masa ini akan bersifat permanen. Sehingga diperlukan kebijakan-kebijakan dalam rangka menyelamatkan 1000 HPK, yaitu diantaranya pencegahan pernikahan di usia muda dan jaminan remaja putri sebagai calon ibu harus sehat, tidak anemia atau kekurangan zat gizi lainnya. Remaja putri kelak akan menjadi seorang ibu sehingga status gizi remaja putri memiliki kontribusi besar pada kesehatan, keselamatan, kehamilan dan kelahiran (Nugraha, 2013).

Menurut hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu penderita anemia berumur 15 – 24 tahun sebesar 18,4%. Berdasarkan data monitoring yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kota Tegal di sekolah- sekolah setingkat SLTP / SLTA di kota Tegal, angka prevalensi anemia terus meningkat dari tahun ke tahun. Yaitu 35,2 % (tahun 2005), 43,62 % (tahun 2006), 41,83 % (tahun 2007), 36,9 % (tahun 2009) dan terakhir menjadi 50 % (tahun 2015).

Masalah gizi di negara berkembang termasuk Indonesia merupakan masalah kesehatan yang kompleks. Hal tersebut antara lain disebabkan oleh rendahnya pengetahuan tentang gizi, sosial budaya serta berbagai penyakit infeksi. Salah satu permasalahan gizi yang penting di Indonesia dan di negara berkembang lainnya adalah masalah defisiensi gizi besi yang diderita oleh remaja, terutama remaja putri (Moehji, 2002).

Remaja putri adalah masa peralihan anak menjadi dewasa, ditandai dengan perubahan fisik dan mental. Salah satu tanda perubahan fisik pada remaja putri adalah berfungsinya alat reproduksi seperti menstruasi, yaitu pada umur antara 10 sampai 19 tahun. Hal tersebut berpengaruh pada perubahan kebutuhan gizi sehingga akan mempengaruhi status kesehatan dan status gizi. Asupan zat gizi yang seimbang sesuai dengan kebutuhan akan membantu remaja mencegah anemia sehingga tercapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Hariyani, 2011).

Anemia defisiensi besi adalah anemia yang disebabkan oleh kurangnya zat besi yang diperlukan untuk sintesis hemoglobin sehingga menyebabkan kadar hemoglobin lebih rendah dari batas normal. Anemia ini merupakan bentuk yang paling sering ditemukan di dunia. Diperkirakan sekitar 40 % penduduk dunia menderita anemia dan lebih dari setengahnya merupakan anemia defisiensi besi (Permono, 2012).

Anemia disebabkan oleh kekurangan beberapa zat gizi yang berperan dalam proses pembentukan hemoglobin. Zat gizi yang berperan dalam proses pembentukan hemoglobin antara lain protein dan zat besi (Fe) yang berfungsi sebagai katalisator / suatu zat yang mempercepat reaksi pembentukan hemoglobin di dalam tubuh, serta vitamin C yang mempengaruhi penyerapan zat besi di dalam tubuh (Sadikin, 2002).

Zat besi (Fe) merupakan unsur utama pembentukan hemoglobin dalam tubuh. Asupan zat besi yang kurang dapat menyebabkan pembentukan hemoglobin dalam darah menurun. Zat besi dalam tubuh dapat terserap maksimal dengan dibantu oleh vitamin C yang diperoleh dari asupan makanan dan minuman yang tinggi kandungan vitamin C. Sehingga remaja putri yang memiliki asupan vitamin C dan Fe yang rendah akan beresiko lebih besar menderita anemia (Susetyawati, 2016).

Zat gizi lain selain Fe dan vitamin C yang berperan dalam pembentukan kadar Hb adalah protein. Protein dalam darah berikatan dengan zat besi. Protein berperan penting sebagai alat perpindahan zat besi yang ada di dalam tubuh untuk pembentukan sel darah merah di sumsum tulang. Asupan protein yang kurang akan menyebabkan perpindahan zat besi ke sumsum tulang terhambat sehingga produksi sel darah merah terganggu (Susetyawati, 2016).

Berdasarkan penelitian Denistikasari (2016) yang dilakukan pada siswi SMK Penerbangan Bina Dirgantara Karanganyar dapat diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan nilai ($p = 0,015$) dan asupan zat besi (Fe) dengan nilai ($p=0,017$) dengan kejadian anemia. Akan tetapi tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan vitamin C dengan kejadian anemia dengan nilai ($p=0,920$).

Seiring dengan meningkatnya populasi remaja di Indonesia, maka masalah gizi pada remaja perlu mendapat perhatian khusus. Hal tersebut antara lain disebabkan oleh : 1) pada masa remaja terjadi perubahan kebutuhan zat gizi yang sangat besar akibat pertumbuhan dan perkembangan fisik yang pesat, 2) berubahnya gaya hidup dan kebiasaan makan yang mempengaruhi asupan dan kebutuhan zat gizi, serta, 3) adanya kelompok yang mempunyai kebutuhan khusus, misalnya remaja yang aktif berolahraga, gangguan perilaku makan, diet berlebih, konsumsi alkohol dan obat-obatan (Susetyawati, 2016).

Remaja putri mudah dipengaruhi oleh lingkungan, pergaulan dan persepsi mengenai tubuhnya, sehingga menyebabkan mereka sering membatasi asupan makanan terutama makanan dari sumber protein hewani. Ditambah lagi dengan adanya siklus menstruasi setiap bulan sehingga menyebabkan remaja putri mengalami kehilangan darah yang cukup banyak dan menjadikannya beresiko terkena anemia. Remaja putri yang menderita anemia memiliki daya tahan tubuh yang rendah sehingga mudah terkena penyakit dan menyebabkan penurunan pada aktivitas fisik dan prestasi belajarnya (Soekirman, 2000).

SUPM Negeri Tegal adalah Sekolah Usaha Perikanan Menengah Negeri yang merupakan salah satu sekolah setingkat SLTA di bawah Kementerian Kelautan yang ada di kota Tegal. SUPM Negeri Tegal menggunakan sistem *boarding school* sehingga memiliki penyelenggaraan makanan sendiri untuk memenuhi kebutuhan gizi para siswa siswinya. Berdasarkan hasil pengukuran kadar Hb yang sebelumnya dilakukan oleh UPTD PMI kota Tegal pada 10 siswi SUPM Negeri Tegal, diperoleh hanya 3 siswi yang memiliki kadar Hb normal. Karena di SUPM Negeri Tegal belum pernah dilakukan penelitian mengenai hal ini, maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah dari penyelenggaraan makananan tersebut sudah tercukupi kebutuhan protein, vitamin C dan zat besi (Fe) sehingga dapat mencegah kejadian anemia pada siswi SUPM Negeri Tegal.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara tingkat kecukupan protein, vitamin C dan zat besi (Fe) dengan kadar hemoglobin pada siswi Sekolah Usaha Perikanan Menengah (SUPM) Negeri Tegal ?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat kecukupan protein, vitamin C dan zat besi (Fe) dengan kadar hemoglobin pada siswi SUPM Negeri Tegal.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik siswi SUPM Negeri Tegal.
- b. Mendeskripsikan tingkat kecukupan protein pada siswi SUPM Negeri Tegal.
- c. Mendeskripsikan tingkat kecukupan vitamin C pada siswi SUPM Negeri Tegal.
- d. Mendeskripsikan tingkat kecukupan zat besi (Fe) pada siswi SUPM Negeri Tegal.
- e. Mendeskripsikan kadar hemoglobin pada siswi SUPM Negeri Tegal.
- f. Menganalisa hubungan antara tingkat kecukupan protein dengan kadar hemoglobin pada siswi SUPM Negeri Tegal.
- g. Menganalisa hubungan antara tingkat kecukupan vitamin C dengan kadar hemoglobin pada siswi SUPM Negeri Tegal.
- h. Menganalisa hubungan antara tingkat kecukupan zat besi (Fe) dengan kadar hemoglobin pada siswi SUPM Negeri Tegal.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi sekolah

Sebagai informasi dan masukan pada praktek pemberian makan siswa / siswi SUPM Negeri Tegal agar dari asupan zat gizi yang cukup dapat tercapai status gizi yang optimal.

2. Bagi masyarakat

Sebagai informasi kepada masyarakat tentang pentingnya kecukupan zat gizi pada remaja putri agar tercapai status gizi yang optimal.

3. Bagi peneliti

Sebagai sarana pembelajaran untuk melakukan penelitian ilmiah dengan mengaplikasikan ilmu yang sudah didapat selama perkuliahan dengan harapan mudah-mudahan dapat bermanfaat bagi penelitian selanjutnya.



1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Tabel penelitian yang terkait dengan “ Hubungan antara Tingkat Kecukupan Protein, Vitamin C dan Zat Besi (Fe) dengan Kadar Hemoglobin pada Siswi Sekolah Usaha Perikanan Menengah (SUPM) Negeri Tegal “

Nama	Juduln	Tahun	Variabel Bebas	Variabel Terikat	Hasil Penelitian
Suci Novitasari	Hubungan tingkat asupan protein, zat besi, vitamin C dan seng dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.	2012	kadar hemoglobin	Asupan protein, zat besi, vitamin C, seng	Tidak ada hubungan antara asupan protein, zat besi, vitamin C dan seng dengan kadar Hb ($p>0,05$)
Rosita Denistikasari	Hubungan antara asupan protein, zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada siswi SMK Penerbangan Bina Dhigantara Karanganyar	2015	Kejadian anemia	asupan protein, zat besi dan vitamin C	Ada hubungan yang signifikan antara asupan protein ($p=0,015$) dan asupan zat besi ($p=0,017$) dengan kejadian anemia. Tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan vitamin C ($p=0,920$) dengan kejadian anemia.
Abd. Farid Lewa	Hubungan asupan protein, zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri di MAN 2 Model Palu.	2016	kejadian anemia	Asupan protein, zat besi dan vitamin C	Tidak ada hubungan asupan protein, zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia ($p=0,05$)

Berdasarkan tabel 1 dapat dijelaskan bahwa yang membedakan penelitian ini dengan 3 penelitian sebelumnya yaitu terletak pada tempat, waktu dan variabel penelitian.

Pada penelitian sebelumnya, tempat dilakukannya penelitian adalah SMA 1 Batik Surakarta, SMK Penerbangan Bina Dhirgantara Karanganyar dan MAN 2 Model Palu sedangkan penelitian ini dilakukan di Sekolah Usaha Perikanan Menengah (SUPM) Negeri Tegal Jawa Tengah.

Waktu penelitian sebelumnya dilakukan pada tahun 2012, tahun 2015 dan tahun 2016 ,sedangkan penelitian ini dilakukan pada bulan November 2017.

Variabel bebas pada penelitian sebelumnya adalah tingkat asupan protein, zat besi, vitamin C, dan seng, sedangkan variabel bebas pada penelitian ini adalah tingkat kecukupan protein, vitamin C dan zat besi. Variabel terikat pada penelitian sebelumnya adalah kejadian anemia dan kadar hemoglobin, sedangkan variabel terikat pada penelitian ini adalah kadar hemoglobin.

