

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia karena defisiensi besi merupakan kelainan gizi yang paling sering ditemukan di dunia dan menjadi masalah kesehatan masyarakat. Saat ini diperkirakan kurang lebih 2 milyar orang di dunia menderita anemia. Di negara berkembang, permasalahan defisiensi zat besi cukup tinggi terdapat 370 juta wanita anemia karena defisiensi zat besi. Pada wilayah Asia ditemukan hampir 60% wanita yang mengalami anemia.⁽¹⁾

Di Indonesia, anemia gizi besi masih merupakan masalah gizi yang utama, disamping tiga masalah gizi lainnya yaitu KKP (Kurang Kalori Protein), kurang vitamin A, Gangguan Akibat kurang Iodium (GAKI) dan kurang besi yang disebut Anemia gizi besi.⁽²⁾

Laporan berbagai hasil penelitian di Indonesia memperlihatkan masih tingginya prevalensi anemia gizi pada remaja putri. Sebesar 34% remaja putri di Kota Yogyakarta mengidap anemia seperti terungkap dalam hasil penelitian yang dilakukan Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta bersama Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada kepada 280 pelajar putri di kota tersebut pada tahun 2012.⁽³⁾ Survei Kesehatan Rumah Tangga tahun 2004 melaporkan prevalensi anemia gizi remaja putri usia (10-18 tahun) mencapai 57,1% dan usia 19-45 tahun 39,5%.⁽⁴⁾ Penelitian Hamid tahun 2001⁽⁵⁾ di Padang, Sumatera Barat mendapatkan angka prevalensi anemia pada siswi SLTA sebesar 29,2 %. Penelitian Nelvia tahun 2007 prevalensi anemia remaja putri di Pesantren Serambi Mekah adalah 39,3%, dan

penelitian Isnati tahun 2008 prevalensi anemia remaja putri di Pesantren IV Angkek Canduang adalah 39,6%.⁽⁴⁾

Anemia berpengaruh terhadap kemampuan mental dan fisik seseorang. Remaja puteri yang menderita anemia mengalami penurunan memori, kurang teliti dalam ujian akademik, sehingga mempunyai prestasi belajar yang lebih rendah dari rekannya yang non anemia. Selain itu, remaja putri sebagai calon ibu yang akan melahirkan generasi penerus bangsa, anemia akan menyebabkan tingginya risiko untuk melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR), konsekwensi logis dari tingginya masalah anemia gizi besi adalah penurunan kualitas sumber daya manusia Indonesia.⁽⁶⁾

Melihat dampak anemia yang sangat besar dalam menurunkan kualitas sumber daya manusia, maka sebaiknya penanggulangan anemia perlu dilakukan sejak dini, sebelum remaja putri menjadi ibu hamil, agar kondisi fisik remaja putri tersebut telah siap menjadi ibu yang sehat.⁽⁷⁾

Penyebab utama anemia adalah karena rendahnya jumlah dan kualitas zat besi yang dikonsumsi, adanya zat pelancar dan penghambat penyerapan zat besi dalam tubuh.⁽⁸⁾ Disamping itu anemia pada remaja puteri disebabkan oleh meningkatnya kebutuhan akibat menstruasi setiap bulan. Kondisi tersebut diperparah dengan pola konsumsi remaja putri yang terkadang melakukan diet pengurusan badan sehingga semakin sedikit asupan energi, protein dan zat-zat gizi mikro lain seperti vitamin C, asam folat dan Zeng (Zn) yang dapat memenuhi kebutuhan mereka.⁽⁷⁾

Strategi untuk mengatasi masalah anemia pada remaja putri adalah dengan perbaikan kebiasaan makan, fortifikasi makanan dan pemberian suplementasi Fe. Mengubah pola makan dan fortifikasi makanan merupakan strategi jangka panjang

yang penting namun tidak dapat diharapkan dapat berhasil dengan cepat, cara lain adalah dengan memberikan suplementasi Fe melalui pemberian tablet tambah darah (TTD).⁽¹⁾

Tidak dapat dipungkiri lagi bahwa pemberian suplemen besi dapat meningkatkan status besi dalam tubuh. Suplementasi besi akan lebih efektif apabila dikombinasikan dengan multivitamin seperti vitamin C. Vitamin C berperan untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh. Absorpsi besi yang efektif dan efisien memerlukan suasana asam dan adanya reduktor, seperti vitamin C. Sifat yang dimiliki vitamin C adalah sebagai promotor terhadap absorpsi besi dengan cara mereduksi besi *ferric* menjadi *ferrous*.⁽⁹⁾

Menurut Bloem dalam Zurainis (2006) Berbagai hasil evaluasi terhadap program suplementasi besi telah dilakukan di beberapa tempat menunjukkan bahwa tidak semua subyek yang diberi suplementasi memiliki waktu sama untuk mencapai kadar hemoglobin normal. Beberapa penelitian menyimpulkan bahwa pemberian suplementasi besi yang dikombinasikan unsur vitamin dapat meningkatkan bioavailabilitas besi dan lebih efektif meningkatkan kadar hemoglobin dibandingkan dengan hanya suplementasi besi saja.⁽¹⁰⁾

Penelitian Saidin dan Sukati tentang pemberian tablet besi dengan penambahan vitamin C 150 mg dapat meningkatkan kadar hemoglobin yang tertinggi dibandingkan dengan penambahan suplementasi vitamin lain.⁽¹¹⁾ Vitamin C atau asam askorbat adalah pendorong yang kuat untuk absorpsi besi nonhem yang pada umumnya berasal dari sumber nabati. Mekanisme absorpsi ini termasuk mereduksi *ferric* menjadi bentuk *ferrous* dalam lambung yang mudah diserap. Makanan di Indonesia banyak mengandung inhibitor seperti *phytate* dan *polyphenols*. Sumber

inhibitor tersebut antara lain beras, protein kedelai, kacang tanah, kacang-kacangan, teh, kopi dan bayam.⁽¹²⁾ Menurut Widiarso (2000) beberapa penelitian menyebutkan bahwa suplementasi 60 mg besi ditambah vitamin A 500 RE dan 50 mg vitamin C menunjukkan pengaruh yang paling efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin anak sekolah.⁽¹⁰⁾

Menurut Ahmed (2001) pemberian tablet besi bersamaan dengan zat gizi mikro lain (*multiple micronutrients*) lebih efektif dalam meningkatkan status besi, dibandingkan dengan hanya memberikan suplementasi besi dalam bentuk dosis tunggal. Oleh karena itu, untuk meningkatkan penyerapan besi di dalam tubuh, suplementasi besi yang diberikan perlu dikombinasi dengan mikronutrien lain, seperti vitamin A dan vitamin C. Suplementasi besi dengan multivitamin lebih efektif meningkatkan status besi pada anak prasekolah, remaja puteri⁽¹⁰⁾.

Data prevalensi anemia pada remaja putri untuk Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat belum ada, begitu juga prevalensi untuk Kabupaten Agam. Hal ini disebabkan karena kegiatan pemantauan kejadian anemia secara rutin belum sepenuhnya dilakukan. Tetapi bila dilihat berdasarkan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) yang dilakukan oleh petugas Puskesmas Baso Kabupaten Agam pada remaja putri di SMPN 1 Baso wilayah kerja Puskesmas Baso diketahui bahwa 60,4%, remaja putri menderita anemia pada tahun 2011 dan terjadi peningkatan pada tahun 2012 yaitu sebesar 65,1%.⁽¹⁴⁾

Prevalensi anemia dikatakan sebagai masalah kesehatan masyarakat dikategorikan sebagai berikut : bukan dikatakan masalah kesehatan masyarakat jika < 5%, masalah kesehatan masyarakat tingkat ringan jika 5-19,9%, masalah kesehatan tingkat sedang jika 20-39,9% dan masalah kesehatan tingkat berat jika

40%.⁽¹⁾Dengan demikian kejadian anemia di Puskesmas Baso khusus SMPN 1 Baso termasuk dalam kategori masalah kesehatan tingkat berat yang perlu mendapat perhatian. Selain itu penelitian dilakukan di SMPN 1 Baso, dengan pertimbangan sekolah berada di pusat kecamatan dan dekat dengan pelayanan kesehatan. SMPN 1 Baso ini adalah sekolah yang mempunyai peringkat 10 besar se Kabupaten Agam dan sekolah percontohan pendidikan berkarakter satu-satunya di Kabupaten Agam.

Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukan penanggulangan terhadap anemia gizi besi pada remaja putri mengingat mereka adalah generasi penerus bangsa. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan pemberian Fe dan vitamin C untuk meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri yang menderita anemia, sehingga diharapkan prevalensi anemia gizi besi pada remaja putri dapat menurun.

1.2 Perumusan Masalah

Bagaimana pengaruh pemberian Fe dan vitamin C terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia di SMP N 1 Baso Kabupaten Agam tahun 2013.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian Fe dan vitamin C terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia di SMP N 1 Baso Kabupaten Agam tahun 2013.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketuainya kadar hemoglobin rata-rata sebelum diberikan tablet Fe dan vitamin C
2. Diketuainya kadar hemoglobin rata-rata setelah diberikan tablet Fe dan vitamin C.

3. Diketuainya kenaikan rata-rata kadar hemoglobin sebelum dan setelah diberikan tablet Fe dan vitamin C.
4. Diketuainya perbedaan rata-rata kadar hemoglobin setelah pemberian tablet Fe dan vitamin C, dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan tablet Fe.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Memperluas pengetahuan penulis tentang pengaruh pemberian Fe dan vitamin C terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia di SMP N 1 Baso Kabupaten Agam.
2. Memberikan gambaran tentang pengaruh pemberian Fe dan vitamin C terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia sehingga dapat digunakan sebagai salah satu bahan informasi dalam rangka penyusunan perencanaan penanggulangan anemia gizi besi khususnya pada remaja putri yang mengalami anemia di SMP N 1 Baso Kabupaten Agam

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Pada penelitian ini peneliti akan meneliti tentang pengaruh pemberian Fe dan vitamin C terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia di SMP N 1 Baso Kabupaten Agam tahun 2013.