

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Kurang darah adalah suatu keadaan dimana kadar zat merah darah atau hemoglobin (Hb) lebih rendah dari pada nilai normal. anemia berarti kekurangan sel darah merah yang bisa disebabkan oleh hilangnya darah terlalu cepat atau sebab terlalu lambatnya produksi sel darah merah. kurang darah artinya persoalan gizi yg paling umum yang terjadi hampir di seluruh dunia, terutama disebabkan karena defisiensi besi. kurang darah didefinisikan menjadi konsentrasi hemoglobin (Hb) yang rendah pada darah (Wahyuni 2019).

Prevalensi kejadian anemia secara global yang terjadi pada 204 negara didunia dari tahun 1990-2019. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ditahun 2020 dinyatakan adanya peningkatan total kasus anemia didunia, dari sebelumnya berjumlah 1,4 miliar ditahun 1990 naik menjadi 1,74 miliar ditahun 2019. Hasil penelitian ini juga menunjukkan wilayah dengan penyumbang anemia tertinggi didunia diantaranya adalah Afrika Barat, Asia Selatan, dan Afrika Tengah Indonesia sendiri termasuk di dalam Asia Tenggara Ditahun 2021 Asia Tenggara dan Afrika memiliki tingkat prevalensi anemia tertinggi yang mewakili 85% dari kasus yang dilaporkan secara global (William 2019).

Untuk diwilayah Indonesia, angka kasus anemia masih termasuk dalam kategori tinggi. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyatakan, angka kejadian anemia remaja sebesar 32% yang artinya 3-4 dari 10 orang remaja terkena anemia. Kejadian itu dipengaruhi oleh perilaku asupan gizi pada remaja yang kurang maksimal serta kurangnya aktifitas fisik yang dilakukan oleh remaja putri. Kementerian kesehatan juga telah melakukan intervensi spesifik dengan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri dan ibu hamil (Tiaki 2017).

Dinas Kesehatan Kota Samarinda tahun 2016 menyatakan, terjadi kasus anemia dengan total 321 kasus di 22 Puskesmas Kota Samarinda. Lalu ditahun 2017 tercatat jumlah kasus anemia dengan total 64 kasus di 14 puskesmas kota samarinda (Ely Choirun Nisa 2018).

Faktor-faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja putri umumnya terjadi karena adanya pola menstruasi yang tidak teratur atau tidak normal, pola makan yang tidak baik, kurangnya pengetahuan remaja putri akan anemia, kurangnya aktivitas fisik, kualitas tidur yang tidak teratur, serta kurangnya kebiasaan sarapan pagi dan depresi pada remaja putri (Harahap 2018).

Pola makan adalah makanan yang biasanya selalu atau sering dikonsumsi oleh seseorang atau keluarga yang memiliki jadwal tertentu terdiri dari berapakah makan, jenis atau bentuk makanan,

dan banyak atau sedikitnya makanan yang dimakan. perilaku makan merupakan kata yang dipakai untuk menggambarkan atau melihat kebiasaan dan perilaku yang berkaitan dengan jadwal pola makan. Pola makan yang tidak teratur dan tidak baik dapat menyebabkan gangguan pada sistem pencernaan (Fitriany dan Saputri 2018).

Kebiasaan remaja putri saat ini adalah sering makan makanan yang kurang gizi dan tidak teratur, seperti setiap pagi jarang sarapan, minum air putih yang kurang, diet, banyak memakan atau mengkonsumsi makanan yang gizinya rendah serta makan makanan yang siap saji. Sehingga dari kebiasaan pola makan tersebut menyebabkan bagaimana terjadinya pembuatan Hemoglobin (Hb) dalam tubuh yang tidak terpenuhi. Dan apabila terjadi secara terus menerus bisa menyebabkan kandungan atau jumlah Hb terus berkurang dan bisa menimbulkan penyakit kurang darah atau anemia (Ketaren 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda melalui wawancara bersama salah satu ustadz didapatkan hasil bahwa Pondok Pesantren An-Nur Samarinda memiliki kurang lebih 750 orang remaja putri yang terbagi atas MTS. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda didapatkan hasil bahwa kelompok remaja putri di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda setiap hari mengkonsumsi makanan yang telah disediakan

dan dijadwalkan dari pihak Pondok Pesantren yaitu sebanyak 3 kali sehari, Ada pun jenis makanan yang dikonsumsi oleh remaja putri antara lain Nasi, Mie, Telur, ayam, tahu, tempe, dan Bayam. Mie instan dan telur merupakan salah satu makanan yang sering dikonsumsi oleh remaja putri di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda, mie instan merupakan salah satu makanan prooksidan, salah satu faktor yang menyebabkan anemia adalah akibat dari adanya *Reactive Oxygen Species (ROS)* dalam sel darah merah yang mengakibatkan stress oksidatif. Oksidatif dapat terbentuk didalam sel darah merah yaitu dalam bentuk superoksida, hydrogen, radikal peroksil, peroksida lipid. Lipid mengalami oksidasi yaitu asam lemak tak jenuh ganda akibat dari reaksi yang ditimbulkan oleh radikal bebas. Peningkatan hidroperoksida menyebabkan kerusakan sel darah merah dan akhirnya menyebabkan kematian sel darah merah (Rakhim, 2018). Selain dari hal tersebut dari 10 orang remaja putri yang diwawancarai ada 4 remaja putri yang setiap pagi sarapan, ada 3 orang remaja putri yang mengatakan sarapan tapi kadang-kadang, dan ada 3 orang remaja putri yang sama sekali tidak sarapan.

Dari gambaran diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda”

## **1.2. Rumusan Masalah**

“Apakah ada Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di pondok pesantren An-Nur?”

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum :**

Mengenalinya hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di pondok pesantren An-nur Samarinda

### **1.3.2 Tujuan Khusus :**

- a. Mengenalinya pola makan pada remaja putri di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda
- b. Mengenalinya kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda
- c. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian anemia yang terjadi di remaja putri di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Bagi responden**

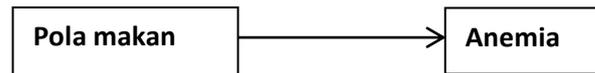
Diharapkan bisa menjadi motivasi bagi para responden agar bisa lebih paham akan bahaya penyakit anemia

### **1.4.2 Bagi peneliti lain**

Dapat digunakan sebagai referensi untuk dijadikan pedoman penelitian hubungan pola makan dengan kejadian anemia di remaja putri

### 1.5. Kerangka Konsep Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian dan tinjauan pustaka, maka konsep dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



### 1.6. Hipotesis/Pertanyaan Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara dari rumusan masalah yang diteliti, Hipotesis dalam penelitian terdiri dari:

- 1). H0 : “Tidak adanya hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda”
- 2) H1 : “Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda”