

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia adalah kejadian ketika konsentrasi hemoglobin sebagai pengangkut oksigen tidak mampu memenuhi kebutuhan fisiologi tubuh. Menurut WHO, dikatakan anemia jika konsentrasi hemoglobin < 12 g/dL pada perempuan tidak hamil usia ≥ 15 tahun dan < 13 g/dL pada laki-laki usia ≥ 15 tahun.⁽¹⁾ Anemia masuk kedalam kelompok masalah kesehatan masyarakat utama. Anemia dapat muncul disegala usia, terutama pada wanita usia produktif (15-49 tahun) dan anak – anak.⁽²⁾ Berdasarkan Riskesdas 2018 angka kejadian anemia pada kelompok usia produktif sebesar 32%, dan menunjukkan kejadian anemia lebih tinggi terjadi pada wanita dibandingkan pada pria dengan persentase 27,2% dan 20,3%.⁽³⁾

Beberapa faktor risiko anemia pada wanita usia produktif adalah pola makan tidak sehat, defisiensi mikronutrien, penyakit kronis, penyakit malaria, infeksi cacing tambang, merokok, konsumsi alkohol, dan gangguan tidur. Anemia dapat memberikan dampak yang merugikan seperti penurunan produktivitas, gangguan reproduktif, proses pertumbuhan dan perkembangan terhambat, penurunan daya ingat dan daya tahan tubuh.^(1,4,5)

Saat wanita memasuki usia produktif, tubuh akan membutuhkan nutrisi dan energi lebih tinggi untuk membantu pertumbuhan dan perkembangannya.⁽⁶⁾ Wanita usia produktif rentan mengalami anemia karena mengalami masa menstruasi bersamaan dengan meningkatnya kebutuhan zat besi dalam tumbuh kembangnya. Wanita usia produktif juga akan lebih memperhatikan bentuk tubuhnya, sehingga mengalami perubahan gaya hidup dan pola makan.^(3,6)

Pola makan menggambarkan kuantitas juga kualitas makanan yang dikonsumsi seseorang. Kualitas dan jenis makanan ini sangat penting diperhatikan untuk mencegah kekurangan gizi baik mikro maupun makro, dan merencanakan diet yang baik.⁽⁶⁾ Pola makan tidak sehat yang berkepanjangan

dapat mempengaruhi status gizi. Pengetahuan, sikap, dan tindakan seseorang sangat berperan penting dalam memberikan dorongan kepada individu untuk mencegah masalah kesehatan gizi seperti anemia.⁽²⁾ Diketahui kurangnya pengetahuan tentang anemia seperti gejala, dampak, dan juga pencegahan anemia akan menjadikan seseorang kurang memahami makanan yang dikonsumsinya apakah asupan gizinya terpenuhi atau tidak, terutama asupan zat besi yang mempengaruhi kejadian anemia.⁽⁷⁾

Berdasarkan penelitian Ayu Dwi, pola makan tidak teratur dengan kurang asupan protein, suka mengonsumsi makanan cepat saji dan minuman teh memiliki hubungan dengan kejadian anemia pada mahasiswa FIKES UM PAREPARE.⁽⁸⁾ Menurut Akib dan Sumarmi, protein memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia karena protein berperan dalam proses pengangkutan zat besi.⁽⁹⁾ Penelitian oleh Kartika Pibriyanti bersama Lola Zahro tahun 2020 mendapatkan hubungan yang signifikan antara konsumsi zat besi, vitamin C, dan vitamin B12 dengan anemia yang terjadi pada remaja putri di Islamic Boarding School.⁽¹⁰⁾ Ada penelitian juga menyimpulkan bahwa asupan pola makan yang salah menyebabkan ketidakcukupan sumber gizi yang dibutuhkan tubuh dan dapat menyebabkan anemia.⁽¹¹⁾

Penelitian yang sudah dilakukan oleh Intan dan Nuryeti menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap kejadian anemia.⁽¹²⁾ Shahzad dkk yang melakukan observasi pada wanita usia produktif di salah satu universitas yang ada di Pakistan, mendapatkan hubungan tindakan dengan kejadian anemia.⁽²⁾ Hasil signifikan antara pengetahuan tentang pola makan dengan kejadian anemia juga terlihat pada penelitian yang dilakukan di SMAN 3 Sragen tahun 2021 oleh Anik dan Fany.⁽¹³⁾

Berdasarkan latar belakang tersebut diketahui bahwa kejadian anemia pada wanita usia produktif tergolong tinggi, sehingga penulis sadar pentingnya mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia juga pengaruh pengetahuan, sikap, dan tindakan dalam kejadian anemia. Sehingga penulis ingin

melakukan penelitian pada mahasiswa Angkatan 2021 di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2021?

1.3 Hipotesis Penelitian

Terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2021.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

1.4.1.1 Mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2021

1.4.2 Tujuan Khusus

1.4.2.1 Mengetahui gambaran anemia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2021

1.4.2.2 Mengetahui gambaran pola makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2021

1.4.2.3 Mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan tindakan terhadap anemia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2021

1.4.2.4 Mengetahui hubungan asupan karbohidrat, protein, zat besi, vitamin B12, asam folat, vitamin C dan vitamin D dengan kejadian anemia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2021

1.4.2.5 Mengetahui hubungan pengetahuan, sikap, dan tindakan dengan kejadian anemia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Angkatan 2021

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Responden

Peneliti mengharapkan hasil analisis ini akan memberikan informasi mengenai gambaran pengetahuan dan pola makan untuk mencegah mengalami anemia.

1.5.2 Bagi Instansi

Instansi mendapatkan gambaran mengenai kejadian anemia pada mahasiswa/i dan dapat meningkatkan kesadaran pihak universitas mengenai pentingnya pengetahuan anemia dan menjadi pertimbangan dalam perkembangan kognitif para mahasiswa/i.

1.5.3 Bagi Peneliti

Sebagai wadah dalam menjalankan suatu penelitian juga menulis suatu karya ilmiah dan menerapkan ilmu yang didapat selama berada di Universitas.

