BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia adalah kondisi medis yang ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin dalam darah, yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Salah satu penyebab utama anemia adalah defisiensi zat besi, yang dapat terjadi karena asupan zat besi yang tidak mencukupi, penyerapan yang tidak adekuat, atau kehilangan darah yang berlebihan (Handriyanti, 2022).

Salah satu masalah gizi yang paling umum di dunia adalah anemia. Sekitar 1/3 populasi dunia menderita anemia, dan kasus anemia di Indonesia cukup tinggi. Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa 32% remaja usia 15-24 tahun menderita anemia, peningkatan dari 22,7% pada tahun 2013. Ini berarti bahwa 3–4% dari 10 remaja menderita anemia. (Riskesdas 2018)

Di Indonesia, angka kejadian anemia cukup tinggi. Menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2022, prevalensi anemia pada remaja berusia 13-18 tahun adalah 23% dan pada pria 17%. Prevalensi anemia pada perempuan adalah 27,2% lebih tinggi dibandingkan laki-laki (20,3%), dan presentase pravelensi anemia di Provinsi Bengkulu pada tahun 2023 adalah 41,2%, dengan ambang batas masalah anemia menjadi masalah kesehatan masyarakat lebih dari 20% (Dinkes Kota Bengkulu 2024).

Data yang dikumpulkan oleh Dinas Kesehatan Kota Bengkulu pada tahun 2024 menunjukkan bahwa ada beberapa wilayah yang meningkatkan kemungkinan anemia pada remaja putri. Puskesmas Jalan Gedang menangani wilayah tersebut, dan sebanyak 100, atau 32% dari 308 siswa remaja putri, mengalami anemia. SMPN 04 adalah sekolah menengah pertama dengan kasus anemia tertinggi, dengan 79 siswa, atau 71% dari 110 siswa yang terjaring(Dinkes Kota Bengkulu 2024).

Berbagai faktor, seperti pola makan yang tidak seimbang, kekurangan gizi, dan kurangnya pengetahuan tentang pentingnya asupan zat besi, dapat menyebabkan anemia pada remaja putri**.** Remaja putri yang menstruasi secara teratur lebih rentan terhadap anemia, terutama jika asupan zat besi mereka rendah. Konsumsi tinggi makanan yang mengandung tanin dan oksalat juga dapat memperburuk anemia karena zat-zat ini dapat berikatan dengan zat besi dan mengurangi kemampuan tubuh untuk menyerapnya (Putriwati et al., 2024).

Tanin, sebuah polifenol yang sering ditemukan dalam berbagai bahan makanan, memiliki banyak efek fisiologis yang signifikan. Banyak jenis makanan mengandung tanin, yang berfungsi sebagai antioksidan dan anti-nutrisi. Daun Psidium guajava adalah salah satu contoh makanan yang diketahui mengandung tanin. kedelai hitam dan beras analog dari rumput laut *Gracilaria sp* . Selain itu, tanin juga ditemukan pada beberapa bahan makanan seperti teh, kopi, dan coklat.

Asam oksalat adalah bentuk utama senyawa organik yang sering ditemukan dalam banyak bahan makanan. dan dapat berbahaya bagi kesehatan jika dikonsumsi dalam jumlah besar (Dewi, 2018) Umbi porang (*Amorphophallus spp*.) adalah contoh bahan makanan yang mengandung kadar kalsium oksalat yang cukup tinggi (Handayani et al., 2022).sayuran hijau seperti bayam, selada, dan sorrel juga dikenal tinggi akan kandungan oksalat. Bayam, misalnya, dapat mengandung oksalat hingga 1.000 mg per 100 gram. produk berbahan nabati seperti kacang-kacangan dan biji-bijian juga dapat mengandung oksalat (Narimo et al., 2017)

Tanin dan oksalat dapat berikatan dengan zat besi dan mengurangi kemampuan tubuh untuk menyerapnya, konsumsi makanan yang mengandung banyak oksalat dan tanin dapat memperburuk anemia. (Purwaningsih, 2022).Oleh karena itu, remaja putri yang mengonsumsi makanan tinggi tanin dan oksalat tanpa memperhatikan asupan zat besi yang cukup berisiko lebih tinggi mengalami anemia (Husnah et al., 2023).

Remaja putri yang berisiko anemia mengonsumsi makanan yang mengandung tanin dan oksalat. Anemia, yang ditandai dengan kadar hemoglobin yang rendah, sering terjadi pada remaja putri, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Beberapa penyebab utama anemia adalah pola makan yang tidak seimbang, kekurangan zat besi, dan konsumsi makanan tertentu yang dapat mengurangi penyerapan zat besi.(Lestari & Hanim, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nasarudin dkk menyebutkan bahwa Konsumsi tiga jenis senyawa yang sering ditemukan dalam makanan sehari-hari, yaitu tanin, oksalat, dan fitat, dapat berkontribusi terhadap kejadian anemia, khususnya pada remaja putri. Anemia pada remaja putri sering kali disebabkan oleh kecukupan zat besi yang rendah. Senyawa inhibitor seperti tanin dan oksalat dapat menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh (Nasruddin et al., 2021).

Hasil penelitian lain menyebutkan bahwa Tidak ada bukti yang jelas bahwa oksalat dan tanin secara langsung merupakan penyebab anemia. Anemia umumnya diakibatkan oleh defisiensi gizi, khususnya kekurangan zat besi, asam folat, dan vitamin B12, serta sejumlah faktor non-gizi, seperti kondisi kesehatan dan kebiasaan makan yang tidak seimbang Meskipun tanin dan oksalat dapat menghambat penyerapan zat besi, hal tersebut lebih terkait dengan pola konsumsi keseluruhan yang kurang baik dari sumber zat besi, alih-alih menjadi penyebab utama anemia itu sendiri(Nasruddin et al., 2021).

Survey awal mengenai gambaran konsumsi bahan makanan mengandung Tanin dan Oksalat yang dilakukan dengan menggunakan *food frequency quisionare* (FFQ) didapat hasil dari 10 r(esponden di SMP N 04 Kota Bengkulu ditemukan 5 responden memiliki gambaran konsumsi bahan makanan mengandung tanin jarang dan 5 orang sering, sedangkan pada gambaran konsumsi bahan makanan oksalat di temukan 6 responden memiliki gambaran konsumsi jarang dan 4 orang sering.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik pada penelitian ini untuk meneliti tentang gambaran konsumsi bahan makanan mengandung tanin dan oksalat pada remaja putri anemia di SMP N 04 Kota Bengkulu

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas rumusan masalah peneliti yaitu Bagaimana gambaran konsumsi bahan makanan mengandung tanin dan oksalat pada remaja putri anemia di SMP N 04 Kota Bengkulu Tahun 2025?

1.3 Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Diketahui gambaran konsumsi bahan makanan mengandung tanin dan oksalat pada remaja putri anemia di SMP N 04 Kota Bengkulu Tahun 2025

1.3.2. Tujuan Khusus

a. Diketahui karakteristik usia pada remaja putri anemia di SMPN 04 Kota Bengkulu
b. Diketahui gambaran konsumsi bahan makanan yang mengandung Tanin pada remaja putri di SMP N 04 Kota Bengkulu
c. Diketahui gambaran konsumsi bahan makanan yang mengandung Oksalat pada remaja putri di SMP N 04 Kota Bengkulu

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai wadah untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang telah didapat selama perkuliahan, serta melakukan penelitian tentang konsumsi bahan makanan mengandung tanin dan oksalat pada remaja putri

1.4.2 Bagi Remaja Putri

Penelitian ini dapat memberikan informasi tentang pentingnya menjaga konsumsi bahan makanan mengandung tanin dan oksalat untuk mencegah anemia.

1.4.3 Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi atau masukan penyuluhan tentang konsumsi bahan makanan mengandung tanin dan oksalat untuk mencegah anemia.

1.5 Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian yang berkaitan dengan konsumsi bahan makanan mengandung tanin dan oksalat pada anemia remaja putri anemia dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. 1 Keasilian Penelitian

Nama Penliti / Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil penelitian
Amalia khoirunnisa putriwati, dkk 2024	Hubungan Asupan Gizi Dan Konsumsi Pangan Inhibitor Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 6 Tambun Selatan	Quota sampling digunakan dalam penelitian kuantitatif ini dengan menggunakan desain cross-sectional. Selama	Uji statistik menunjukkan bahwa asupan protein (p=0,042), asupan vitamin c (p=0,043), asupan fe (p=0,037), frekuensi konsumsi pangan inhibitor fe yang tidak berdekatan waktu makan (p=0,016), asupan kafein (p=0,040), dan asupan tanin

Nama Penliti / Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil penelitian
		penelitian ini, 155 siswi sma dijadikan	(p=0,046) secara signifikan berhubungan dengan kejadian anemia
Marina, dkk 2015	Konsumsi Tanin Dan Fitat Sebagai Determinan Penyebab Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 10 Makassar	Simple random sampling dengan besar sampel 148 siswi. Analisis data yang dilakukan adalah univariat dan bivariat dengan uji chi square dan uji independent sample t test.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan dengan status hb adalah asupan tanin/konsumsi teh (p=0,013) dan fitat (p=0,048) sedangkan variabel yang tidak berhubungan dengan status hb adalah asupan fe (p=0,776), vitamin b6 (p=0,915), vitamin b12 (p=0,094), vitamin c (p=0,683), vitamin a (p=0,340) protein (p=0,399) dan kalsium (p=0,673). Tidak ada perbedaan bermakna antara asupan asam folat remaja putri anemia dengan tidak anemia (p=0,680).
Sarah Alfiah dan Nunung Cipta Dainy,2023	Asupan Zat Besi, Vitamin C Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri SMPIT Majmaul Bahrain Bogor	Menggunakan desain Cross-sectional Dengan sampel 95 orang remaja putri yang Diambil dengan cara Consecutive sampling .	Prevalensi kejadian anemia remaja putri di SMP IT Majmaul Bahrain sebesar 54,7%. Sebagian besar responden memiliki asupan zat besi kategori Kurang (54,7%), asupan vitamin C kategori kurang (51,6%). Sebanyak 62,3% responden terkategori Tidak patuh dalam mengkonsumsi TTD dan 61,1% responden memiliki pengetahuan tentang anemia Kategori kurang baik
Isati Dan Sutanto Priyo Hastono, 2016	Determinan Kejadian Anemia Remaja Putri Di Smp Negeri 22 Kota Jambi	Penelitian dengan desain Cross sectional Bertujuan Pengambilan sampel secara Total sampling	Diketahui sebagian besar remaja putri (78,7% mengalami anemia. Hasil uji statistik Menunjukkan determinan yang berhubungan dengan
Aflin mela ibrahim, 2019	Kajian Asupan Vitamin C Dan Sumber Tanin Pada Anemia Ibu Hamil Di Kabupaten Bantul	Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan menggunakan desain penelitian cross	Asupan vitamin c ibu hamil sebagian besar masuk dalam kategori cukup (67,7%), asupan sumber tanin ibu hamil sebagian besar masuk kategori sering (52,5%), status anemia ibu hamil sebagian besar

Nama Penliti / Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil penelitian
		sectional, lokasi penelitian ini di kabupaten bantul (desa patalan, desa argodadi, desa bangunjiwo, desa triharjo, dan desa trimurti). Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik systematic random sampling dan didapatkan sampel sebanyak 99 responden.	masuk kategori tidak anemia (65,7%), ibu hamil dengan asupan vitamin c cukup tidak anemia (92,5%), dan ibu hamil dengan konsumsi sumber tanin jarang tidak anemia (93,6%)

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu