

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia ialah kelainan dimana jumlah hematokrit (HCT), hemoglobin (Hb) serta sel darah merah menurun. Anemia defisiensi besi, yang termasuk dalam kategori anemia *microcytic hypochromic*, adalah salah satu dari banyak bentuk anemia.¹

Anemia dianggap sebagai permasalahan kesehatan masyarakat global yang signifikan, khususnya memengaruhi remaja perempuan, anak kecil, wanita hamil, pascapersalinan serta wanita yang sedang menstruasi. WHO (World Health Organization) memprediksi jika 37% wanita hamil, 40% anak berumur 6–59 bulan, serta 30% wanita berumur 15–49 tahun di penjuru dunia mengidap anemia.²

Menurut statistik Riskesdas 2018, prevalensi anemia sekitar 23,7%. Dari kategori umur sekitar 26,8% yaitu yang berumur 5–14 tahun serta 32% di umur 15–24 tahun. Hasil Riskesdas Indonesia tahun 2013 membuktikan jika pada remaja putri dengan prevalensi anemia sekitar 37,1% yang meningkat menjadi 48,9% pada Riskesdas tahun 2018.^{3,4} Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes) 2018, anemia bisa diakibatkan beberapa faktor, seperti rendahnya asupan protein serta zat besi (Fe).

Protein bersumber dari kata Yunani "proteios" artinya "yang pertama" ataupun "utama." Protein adalah makromolekul yang menjadi komponen utama pembentuk sebagian besar sel dalam tubuh manusia. Molekul ini terdiri dari

karbon, hidrogen, nitrogen, sulfur, serta fosfor. Selain itu, protein dianggap sebagai zat gizi yang berperan vital untuk mendukung fungsi tubuh manusia.⁵

Protein adalah komponen utama globin yang berperan untuk menyimpan serta mentransportasi zat besi. Lalu penyerapan zat besi di usus halus akan didukung oleh Heme Carrier Protein (HCP1). Zat besi sebagian besar diangkut ke seluruh tubuh oleh protein. Sehingga rendahnya asupan protein dapat menghambat transfer zat besi, yang akan mengakibatkan jumlah zat besi serta hemoglobin menurun.^{6,7}

Bersumber dari Permenkes No. 28 Tahun 2019 terkait Angka Kecukupan Gizi, Susenas 2023 mengenakan Angka Kecukupan Protein (AKP) sejumlah 57 gram protein per kapita/hari serta Angka Kecukupan Energi (AKE) sejumlah 2.100 kkal per kapita/hari.⁸

Hemoglobin ialah protein diproduksi dalam sel darah merah serta mempunyai zat besi untuk membantu penyebaran oksigen keseluruh tubuh dari paru-paru. Seseorang bisa mengidap anemia defisiensi besi dikarenakan kekurangan zat besi yang dibutuhkan untuk sintesis hemoglobin (Hb).⁹ suatu penyebab utama anemia pada wanita ialah rendahnya kesadaran akan pentingnya mengkonsumsi makanan dengan tinggi protein serta zat besi.³

Anemia bisa mengakibatkan masalah emosional, terlambatnya pertumbuhan fisik serta gangguan perilaku. Kondisi ini bisa berdampak pada perkembangan sel otak, maka berpotensi menurunkan prestasi belajar, mengurangi produktivitas kerja, menurunkan kemampuan berkonsentrasi, dan menyebabkan produktivitas yang rendah.¹⁶

Dari riset yang dilaksanakan Aulia Marwah & Habib Alfani menguraikan jika ada keterkaitan antar kejadian anemia pada wanita dengan konsumsi protein.¹⁰

Riset ini dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan Kota Bandung, dengan beberapa pertimbangan utama. Berdasarkan tinjauan literatur, belum ada penelitian serupa dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan, menjadikan lokasi ini potensial untuk menghasilkan kontribusi baru dalam ilmu pengetahuan serta Mahasiswa Fakultas Kedokteran merupakan kelompok yang relevan karena memiliki pengetahuan dasar tentang nutrisi dan kesehatan, namun juga rentan terhadap pola makan tidak teratur akibat tekanan akademik.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat keterkaitan asupan protein hewani pada kadar hemoglobin terhadap mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan Bandung pada Tahun 2025?

1.3 Tujuan Penelitian

Menganalisis keterkaitan asupan protein hewani pada kadar hemoglobin terhadap mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan Bandung pada Tahun 2025.

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi keterkaitan antara asupan protein hewani dengan kadar hemoglobin pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan Bandung pada Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

Menganalisa keterkaitan antar asupan protein hewani pada kadar hemoglobin terhadap mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan tahun 2025.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat dalam riset ini diharap bisa mengembangkan wawasan di bidang gizi dan kesehatan, terutama untuk memahami peran antar protein dan mencegah anemia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan dan Kesehatan

Temuan dari riset ini bisa digunakan sebagai dasar bagi Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan Bandung untuk merancang program kesehatan yang melibatkan pengetahuan mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan Bandung terhadap konsumsi protein hewani untuk mencegah anemia.

2. Bagi peneliti lain

Riset ini bisa dijadikan pedoman untuk riset yang berkaitan dengan kadar hemoglobin dan asupan protein pada dewasa muda dan dapat diperluas lagi untuk riset berikutnya.