

## BAB 1 : PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Gizi merupakan salah satu komponen penting dalam pembangunan. Hal ini dapat dilihat dari kontribusinya dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas, sehingga mereka mampu berperan secara optimal dalam pembangunan. Kekurangan gizi pada usia dini akan berimplikasi pada perkembangan anak dan selanjutnya perkembangan potensi diri pada usia produktif. Perlu peningkatan tiga dimensi utama untuk menciptakan manusia Indonesia yang unggul, yaitu aspek kecerdasan, kesehatan fisik, dan ketahanan mental. Masalah gizi masuk ke dalam tiga dimensi tersebut.<sup>(1)</sup>

Terdapat empat masalah gizi terbesar di Indonesia yaitu Anemia Gizi, Kekurangan Energi Protein (KEP), Kurang Vitamin A (KVA) dan Gangguan Akibat Kekurang Yodium (GAKY). Anemia gizi adalah masalah yang paling sering dijumpai dan dapat menyerang tiap kelompok umur. Tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga sudah mulai menjadi masalah pada negara maju. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan anemia termasuk 10 masalah kesehatan terbesar di abad modern ini.<sup>(2)</sup>

Anemia merupakan suatu keadaan medis dimana terjadi penurunan masa eritrosit (*red cell mass*) yang ditunjukkan oleh penurunan kadar haemoglobin (Hb), hematokrit, dan jumlah eritrosit (*red cell count*). Pada laki-laki Hb normal adalah 14-18 g/dl sedangkan pada perempuan adalah 12-16 g/dl.<sup>(3)</sup>

Anemia dapat menyerang tiap kelompok umur. Remaja putri adalah kelompok yang lebih rentan terkena anemia, hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan juga remaja sedang dalam masa percepatan pertumbuhan dan perkembangan sehingga memerlukan zat gizi dalam

jumlah yang lebih banyak dibandingkan kelompok umur lainnya.. Perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan juga menuntut penyesuaian masukan energi dan zat gizi sehingga anemia lebih mudah menyerang remaja. Akan tetapi remaja sering kurang mendapat perhatian dalam program pelayanan kesehatan. Padahal kenyataannya, banyak kasus kesehatan saat dewasa ditentukan oleh kebiasaan hidup saat usia remaja.<sup>(4, 5)</sup>

Anemia pada remaja putri berpengaruh terhadap kemampuan mental dan fisiknya. Anemia dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, menurunkan daya tahan tubuh, sehingga mudah terkena infeksi dan mengakibatkan kebugaran/kesegaran tubuh berkurang. Remaja putri yang menderita anemia mengalami penurunan memori, kurang teliti dalam ujian akademik, sehingga mempunyai prestasi belajar yang lebih rendah dari rekannya yang non anemia. Akibat jangka panjang dari anemia pada remaja putri adalah apabila remaja putri hamil. Sebagai calon ibu yang akan melahirkan generasi penerus bangsa, anemia akan menyebabkan tingginya risiko untuk melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR), konsekuensi logis dari tingginya masalah anemia gizi besi adalah penurunan kualitas sumber daya manusia Indonesia.<sup>(5)</sup>

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 dan melahirkan generasi penerus yang juga sehat.<sup>(5)</sup>

Menurut data WHO dalam *Worldwide Prevalence of Anemia* menunjukkan bahwa total keseluruhan penduduk dunia yang menderita anemia sebanyak 1,62 miliar orang.<sup>(6)</sup> Data Survey Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013

menyatakan bahwa di Indonesia, anemia masih merupakan masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi pada remaja putri usia 13-18 tahun adalah sebesar 22,7%, dengan proporsi 20,6% di perkotaan dan 22,8% di pedesaan serta 18,4% laki-laki dan 23,9% perempuan.<sup>(7)</sup> Penelitian Mona tahun 2015 di Kabupaten Merangin mendapatkan data prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 85,5 % .<sup>(8)</sup>

Menurut data Riskesdas tahun 2007, Sumatera Barat memiliki prevalensi anemia di atas rata-rata prevalensi nasional (14,8%) menurut acuan SK Menkes prevalensi anemia yaitu sebesar 29,8% perempuan dan 27,6% untuk laki-laki. Sedangkan menurut Riskesdas dengan nilai rata-rata 11,9%, didapatkan prevalensi sebesar 16,6% perempuan dan 25,8% laki-laki. Sumatera Barat menduduki posisi keempat teratas penderita anemia pada wanita setelah Maluku, Sulawesi Tenggara dan Gorontalo.<sup>(9)</sup> Penelitian Dona pada tahun 2013 mendapatkan prevalensi anemia pada remaja putri di Baso adalah 65,1 %.<sup>(10)</sup> Penelitian Hamid tahun 2001 di Padang, Sumatera Barat mendapatkan angka prevalensi anemia pada siswi SLTA sebesar 29,2 %<sup>(11)</sup>

Prevalensi kasus anemia yang tinggi pada remaja disebabkan karena jumlah dan kualitas zat gizi yang dikonsumsi. Adanya zat pembantu dan penghambat penyerapan zat besi dalam tubuh. Disamping itu, remaja masih dalam tahap pertumbuhan sehingga memerlukan nutrisi yang cukup dan seimbang untuk menunjang aktifitas fisiknya yang aktif.<sup>(4)</sup> Secara umum tingginya prevalensi anemia disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti vitamin A, C, dan Protein. Untuk mencukupi kebutuhan zat besi dalam sehari-hari bisa dilakukan dengan mengonsumsi makanan sumber zat besi khususnya hewani sebagai salah satu sumber zat besi yang mudah diserap.<sup>(5)</sup>

Kondisi tersebut diperparah dengan pola konsumsi remaja putri yang terkadang melakukan diet untuk membentuk tubuh yang ideal sehingga semakin sedikit asupan energi yang dapat memenuhi kebutuhan mereka.<sup>(4)</sup> Masa remaja sering kali merupakan masa pertama kalinya orang-orang mempertimbangkan untuk mengikuti diet dalam rangka mengubah bentuk tubuh mereka. Diet ketat biasanya menghilangkan makanan-makanan tertentu misalnya karbohidrat. Hal ini tidak sehat bagi remaja yang sedang tumbuh dan memerlukan berbagai jenis makanan. Ditambah lagi dengan aktifitas yang padat sehingga menyebabkan remaja putri lebih rawan terkena anemia.<sup>(12, 13)</sup>

Salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja adalah pengetahuan.<sup>(14)</sup> Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menstimulasi atau merangsang terhadap terwujudnya sebuah perilaku kesehatan. Apabila remaja mengetahui dan memahami akibat anemia dan cara mencegah anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik dengan harapan dapat terhindar dari berbagai akibat atau risiko dari terjadinya anemia. Sehingga untuk mencegah kejadian anemia defisiensi besi, maka remaja putri perlu dibekali dengan pengetahuan tentang anemia defisiensi besi itu sendiri.<sup>(15)</sup>

Proses pemberian pengetahuan juga dapat diperoleh siswa dari sekolah. Pentingnya masalah anemia pada siswa sekolah seharusnya dapat dijadikan perhatian khusus oleh berbagai macam pihak. Khususnya pihak sekolah karena remaja menghabiskan waktu lebih banyak disekolah. Usia sekolah adalah masa dimana pembentukan kualitas sumber daya manusia (SDM), jika tidak diperhatikan dengan baik maka akan berdampak pada tidak maksimalnya kualitas SDM anak bangsa kedepan nanti. Guru sebagai orang yang paling sering berinteraksi dengan siswa di sekolah memiliki peran untuk membentuk pola pikir remaja mengenai anemia.

Hingga kini belum ada program yang dimasukkan dalam Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) untuk memberi pengetahuan mengenai anemia khususnya anemia defisiensi besi pada remaja putri di sekolah-sekolah. Program pemerintah baru ditunjukkan pada ibu hamil agar tidak melahirkan anak yang anemia.<sup>(16)</sup>

Penelitian Sheila C pada tahun 2008 di India menyatakan bahwa adanya pengaruh konseling dan dukungan dari lingkungan sekitar untuk mengurangi tingkat kejadian anemia.<sup>(17)</sup> Penelitian yang telah dilakukan oleh Nurbaiti pada tahun 2013 menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan anemia pada remaja putri di SMAN II Banda Aceh dan didapatkan bahwa dari 33 responden yang berpengetahuan kurang dengan mengalami anemia sebanyak 28 orang (84,8%).<sup>(18)</sup> Penelitian Dian Purwitaningtyas pada tahun 2011 menyatakan bahwa semakin tinggi asupan zat gizi baik protein, vitamin A, vitamin C, dan zat besi maka semakin tinggi pula kadar haemoglobin yang berarti kejadian anemia semakin rendah yang artinya terdapat hubungan antara asupan zat gizi dengan kejadian anemia.<sup>(19)</sup>

Dinas Kesehatan Kota Padang mendapatkan data risiko anemia siswa sekolah pada tahun 2015 bahwa masih banyak siswi yang beresiko terkena anemia. Terdapat 15 SMP dan 16 SMA di Kota Padang. Data tersebut menunjukkan bahwa SMKN 03 Padang memiliki risiko anemia remaja paling tinggi yaitu sebesar 37,5%. Diperkuat dengan data dari Puskesmas Padang Pasir bulan November tahun 2016 yang mendata bahwa terdapat 41 orang (36,93%) remaja putri yang berisiko anemia.<sup>(20)</sup> Menurut WHO, apabila prevalensi anemia  $\geq 40\%$  termasuk kategori berat, sedang 20-39%, ringan 5-19,9%, dan normal  $< 5\%$ .<sup>(5)</sup> Dengan besaran kasus sebesar 36,93%, maka kasus anemia di SMK Negeri 3 Padang termasuk ke dalam masalah kesehatan masyarakat kelompok sedang.

Upaya-upaya untuk mencegah terjadinya kasus anemia ini sudah dilakukan oleh pemerintah Kota Padang. Hal ini terlihat dari program kerja puskesmas yaitu pembagian tablet Fe bagi siswi-siswi sekolah menengah atas di Kota Padang. Tablet Fe ini didistribusikan kepada setiap sekolah untuk diberikan kepada siswi yang sedang dalam kondisi yang rawan terkena anemia. Pemberian tablet Fe ini dikhususkan kepada siswi-siswi yang sedang dalam masa menstruasi selama 7 hari. Meskipun program pencegahan anemia sudah dilakukan sejak lama namun hanya sedikit kemajuan yang dicapai.<sup>(16)</sup>

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti berniat melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan tentang Anemia, Dukungan Sekolah, dan Asupan Zat Gizi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMK Negeri 3 Padang tahun 2017”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah adakah hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia, dukungan sekolah, dan asupan zat gizi dengan kejadian anemia remaja putri di SMK Negeri 3 Padang tahun 2017

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia, dukungan sekolah, dan asupan zat gizi dengan kejadian anemia remaja putri di SMK Negeri 3 Padang tahun 2017.



### 1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui gambaran kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Padang tahun 2017
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Padang tahun 2017.
- c. Mengetahui dukungan sekolah di SMK Negeri 3 Padang tahun 2017.
- d. Mengetahui asupan zat gizi remaja putri SMK Negeri 3 Padang tahun 2017.
- e. Mengetahui hubungan antara dukungan sekolah dengan kejadian anemia pada remaja putri SMK Negeri 3 Padang tahun 2017.
- f. Mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri SMK Negeri 3 Padang tahun 2017.
- g. Mengetahui hubungan antara asupan zat gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMK Negeri 3 Padang tahun 2017.

### 1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi SMK Negeri 3 Padang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai gambaran tentang kejadian anemia di SMK Negeri 3 Padang dan juga sebagai acuan untuk penanggulangan dan pencegahan dampak lainnya.

2. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat Unand

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data dasar bagi penelitian selanjutnya, terutama mahasiswa/i Fakultas Kesehatan Masyarakat Unand dalam kegiatan yang sama.

### 3. Bagi peneliti sendiri

Bagi peneliti sendiri menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang bagaimana pengetahuan, dukungan guru dan asupan zat gizi berpengaruh terhadap kejadian Anemia.

## 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah untuk melihat adakah hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia, dukungan sekolah, dan asupan zat gizi terhadap kejadian anemia remaja pada siswi SMK Negeri 3 Padang tahun 2017. Dengan sasaran penelitian adalah siswi kelas X , XI dan XII di SMK Negeri 3 Padang tahun 2017



