

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih banyak terjadi di dunia baik di negara maju maupun negara berkembang.⁽¹⁾ Menurut data WHO tahun 2008, prevalensi anemia di dunia adalah 24,8%.⁽²⁾ Menurut data WHO dalam *Worldwide Prevalence of Anemia*, anemia dikatakan masalah kesehatan masyarakat apabila prevalensinya >5%. Kategori masalah anemia dibedakan menjadi tiga yaitu, 5%-19.9% dikategorikan masalah ringan, 20%-39,9% merupakan masalah sedang dan >40% merupakan masalah berat.⁽²⁾

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan lebih dari 20% atau 2 miliar orang di dunia berstatus anemia, sedangkan prevalensi di Asia Tenggara adalah 25-40% remaja putri mengalami anemia.⁽³⁾ Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan anemia masih berada pada kategori masalah anemia sedang hingga berat yaitu >20%.

Anemia dapat dialami oleh setiap kelompok usia terutama remaja putri dan anak-anak. Remaja putri merupakan kelompok yang lebih rentan terkena anemia, karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya. Di Indonesia, remaja putri mengalami anemia bila kadar Hb <12,0 g/dL. Masalah anemia pada remaja putri masih cukup tinggi dan hingga saat ini, anemia merupakan salah satu faktor penyebab kematian ibu di Indonesia.⁽⁵⁾ Hal tersebut ditandai dengan peningkatan prevalensi anemia secara nasional yaitu sebesar 14,8% pada tahun 2007 dan 21,7% pada tahun 2013.^(6,7)

Prevalensi anemia pada remaja putri sebanyak 21,7% terbagi menjadi penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan penderita berumur 15-24 tahun sebesar 18,4%.⁽⁸⁾ Sebanyak 17 provinsi di Indonesia mempunyai nilai rata-rata kadar hemoglobin pada perempuan dewasa dibawah nilai rata-rata nasional (13 g/dl). Diantara 17 provinsi tersebut, salah satunya adalah Sumatera Barat. Berdasarkan data riskesdas tahun 2013, anemia pada remaja putri usia 13-18 tahun sebesar 22,7%. Menurut acuan SK Menkes tahun 2007, prevalensi anemia di provinsi Sumatera Barat lebih tinggi dari prevalensi anemia secara nasional yaitu 29,8%.^(6,7)

Dampak anemia terhadap remaja yaitu terjadinya penurunan produktivitas kerja atau kemampuan akademis karena kurangnya konsentrasi, menurunkan aktivitas dengan kemampuan kerja fisik dan prestasi belajar. Anemia juga dapat menurunkan daya tahan tubuh dan penurunan kebugaran sehingga mudah terserang penyakit. Selain itu, juga dapat menyebabkan pertumbuhan remaja menjadi terganggu karena kekurangan zat gizi mikro sehingga berdampak negatif pada proses pertumbuhan dan kematangan organ-organ reproduksi. Sedangkan pada usia dewasa dapat menimbulkan kelelahan dan mengurangi kapasitas kerja, dan pada ibu hamil dapat menyebabkan bayi lahir prematur.^(5,9)

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat dengan penyebab utama adalah kekurangan zat besi yang berasal dari asupan yang kurang, kebiasaan makan, maupun kehilangan zat besi akibat pendarahan.⁽¹⁰⁾ Penyebab lainnya adalah seperti malaria, infeksi parasit, kekurangan nutrisi, rendahnya kadar Hb, dan terjadinya proses pertumbuhan yang cepat berupa peningkatan massa tulang dan sel darah merah serta kehilangan darah secara kronis. Pada wanita, terjadi kehilangan darah secara alami setiap bulannya.^(2,11)

Kehilangan darah setiap bulan pada wanita atau dikenal dengan menstruasi menjadi alasan utama remaja putri lebih beresiko terkena anemia dibandingkan dengan remaja putra. Pola menstruasi yang tidak normal menyebabkan remaja putri kehilangan zat besi melalui pendarahan tersebut, sehingga dibutuhkan zat besi tambahan atau pengganti zat besi yang hilang.⁽¹⁰⁾ Untuk mencukupi kebutuhan zat besi dapat dipenuhi dengan mengkonsumsi makanan sumber zat besi khususnya dari hewani karena salah satu sumber zat besi yang mudah diserap dan mengkonsumsi tablet tambah darah.

Aktivitas fisik pada remaja yang berlebihan atau berat juga termasuk faktor penyebab terjadinya anemia. Hal tersebut terjadi karena ketidakseimbangan antara kebutuhan gizi dengan aktivitas fisik yang dilakukan oleh remaja. Kehilangan zat besi dari tubuh juga dapat melalui keringat saat melakukan aktivitas fisik. Semakin berat aktivitas fisik, pengeluaran zat besi melalui keringat kemungkinan akan semakin besar. Seseorang dengan kadar hemoglobin normal mampu beraktivitas secara optimal, karena oksigen yang masuk melalui proses respirasi dapat terikat secara sempurna yang berperan sebagai bahan bakar untuk menghasilkan energi dalam menunjang aktivitas.⁽¹²⁾

Pada penelitian Megawati tahun 2016 di Tasikmalaya terdapat ada hubungan yang signifikan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA At-Thariyah Kecamatan Cikatomas Kabupaten Tasikmalaya ($p = 0,031$).⁽¹³⁾ Pada penelitian Wulandari tahun 2017 di Padang menunjukkan bahwa terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,002$). Pada penelitian Putri tahun 2017 di Bengkulu menunjukkan bahwa terdapat hubungan

yang signifikan antara kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,0005$).⁽¹⁴⁾

Data profil kesehatan mengenai prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Payakumbuh belum tersedia, hal ini disebabkan oleh belum dilakukannya kegiatan pemantauan kejadian anemia secara rutin. SMAN 1 Payakumbuh merupakan salah satu sekolah favorit di payakumbuh. Namun, di sekolah ini belum pernah dilakukan pemeriksaan Hb dan pengecekan anemia untuk muridnya. Tidak adanya pemeriksaan Hb dan pengecekan anemia terhadap remaja putri, sehingga tidak diketahuinya berapa prevalensi anemia di Payakumbuh dan tidak adanya program penanggulangan anemia berupa pemberian tablet tambah darah.

Berdasarkan profil kesehatan kota Payakumbuh tahun 2016, upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah serta instansi kesehatan terkait di Kota Payakumbuh adalah pendistribusian tablet tambah darah untuk ibu hamil.⁽¹⁵⁾ Namun, pendistribusiannya hanya ditargetkan kepada ibu hamil saja. Upaya lain yang dapat dilakukan yaitu pendistribusian tablet tambah darah kepada remaja putri karena remaja putri mengalami menstruasi sehingga rentan terkena anemia.

Penelitian ini menggunakan data sekunder dan peneliti terlibat dalam survey penelitian tersebut. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Hubungan Pola Aktivitas, Pola Menstruasi dan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan kejadian anemia pada siswi SMAN 1 Payakumbuh tahun 2017”.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah aktifitas fisik, pola menstruasi dan konsumsi tablet tambah darah berhubungan dengan kejadian anemia pada siswi di SMAN 1 Payakumbuh?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara aktifitas fisik, pola menstruasi dan konsumsi Tablet Tambah Darah dengan kejadian anemia pada siswi di SMAN 1 Payakumbuh.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketuainya angka kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Payakumbuh tahun 2017.
2. Diketuainya distribusi frekuensi aktivitas fisik remaja putri SMAN 1 Payakumbuh tahun 2017.
3. Diketuainya distribusi frekuensi pola menstruasi remaja putri di SMAN 1 Payakumbuh tahun 2017.
4. Diketuainya distribusi frekuensi konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 1 Payakumbuh tahun 2017.
5. Diketuainya hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Payakumbuh tahun 2017.
6. Diketuainya hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Payakumbuh tahun 2017.
7. Diketuainya hubungan antara konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Payakumbuh tahun 2017..

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat, diharapkan dapat menambah literatur mengenai hubungan aktivitas fisik, pola menstruasi, dan konsumsi tablet tambah darah dengan anemia gizi pada remaja.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti dalam menemukan hubungan aktivitas fisik, pola menstruasi, dan konsumsi tablet tambah darah dengan anemia gizi pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini digunakan untuk meningkatkan upaya-upaya untuk mengurangi risiko terjadinya anemia oleh institusi pelayanan kesehatan dengan cara memberikan penyuluhan mengenai penyebab anemia dan cara pencegahannya bagi remaja.

1.4.3 Bagi Pelayanan Kesehatan dan Sekolah

1. Mengetahui gambaran kejadian anemia pada remaja.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja, dan
3. Dapat digunakan sebagai masukan bagi sekolah dalam menyusun program dan panduan promosi kesehatan untuk menurunkan angka kejadian anemia pada remaja.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian payung tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada siswi SMAN 1 Payakumbuh. Variabel yang diteliti adalah aktivitas fisik, pola menstruasi, dan konsumsi tablet tambah darah. Variabel terikat (dependen) dalam penelitian ini adalah kejadian anemia,

sedangkan variabel bebasnya (independen) adalah aktifitas fisik, pola menstruasi, dan konsumsi tablet tambah darah. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Data yang digunakan adalah data sekunder yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh dosen FKM Unand bekerja sama dengan Kemenkes yang dilakukan pada bulan Desember 2017.

