

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi di dunia, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Angka anemia gizi besi di Indonesia sebanyak 72,3%. Kekurangan besi pada remaja mengakibatkan pucat, lemah, letih, pusing, dan menurunnya konsentrasi belajar. Penyebabnya, antara lain tingkat pendidikan orang tua, tingkat ekonomi, tingkat pengetahuan tentang anemia dari remaja, konsumsi Fe, Vitamin C, dan lamanya menstruasi. Angka prevalensi anemia di Indonesia, yaitu pada remaja wanita sebesar 26,50%, pada wanita usia subur sebesar 26,9%, pada ibu hamil sebesar 40,1% dan pada balita sebesar 47,0% (Burner, 2012).

Masalah gizi dikenal sebagai masalah yang multikomplek. Kekurangan gizi pada usia sekolah akan mengakibatkan anak menjadi lemah, cepat lelah dan mudah sakit. Masalah gizi yang biasa dialami pada masa remaja salah satunya adalah anemia. Anemia adalah penurunan kuantitas sel-sel darah merah dalam sirkulasi atau jumlah hemoglobin berada dibawah batas normal. Gejala yang sering dialami antara lain lesu, lemah, pusing, mata berkunang-kunang, dan wajah pucat. Anemia dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar karena kurangnya konsentrasi. Anemia defisiensi besi merupakan anemia yang paling

sering terjadi pada remaja, karena kebutuhan yang tinggi untuk pertumbuhan (Indartati,2014).

Anemia defisiensi besi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, kurangnya mengkonsumsi sumber makanan hewani sebagai salah satu sumber zat besi yang mudah diserap (heme iron), sedangkan bahan makanan nabati (non-heme iron) merupakan sumber zat besi yang tinggi tetapi sulit diserap sehingga dibutuhkan porsi yang besar untuk mencukupi kebutuhan zat besi dalam sehari-hari. Bisa juga disebabkan karena kekurangan zat gizi yang berperan dalam penyerapan zat besi seperti, protein dan vitamin C. Berbagai faktor juga dapat mempengaruhi terjadinya anemia gizi besi, antara lain pola haid, pengetahuan tentang anemia, dan status gizi. Anemia defisiensi vitamin B12 dan folat juga sering terjadi pada remaja karena kurangnya pemenuhan zat gizi (Indartati,2014).

Penelitian di Sulawesi menunjukkan ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hal ini dikarenakan remaja putri mempunyai kebiasaan kurang mengkonsumsi makanan sumber zat besi dan rata-rata mempunyai orang tua dengan tingkat pendidikan yang rendah sehingga pengetahuan dalam pemenuhan asupan zat gizi yang seimbang menjadi kurang. Berdasarkan penelitian di Meksiko diketahui bahwa defisiensi besi juga dapat terjadi 2-4 kali pada wanita dan anak-anak obesitas. Hal ini dikarenakan adanya peningkatan produksi hepcidin yang dapat menghambat penyerapan zat besi, sementara di Amerika Serikat (USA) menunjukkan prevalensi kekurangan zat besi lebih tinggi terjadi pada sampel

remaja putra dan remaja putri yang memiliki kelebihan berat badan (9,1%) dibanding dengan sampel yang memiliki berat badan normal (3,1%) (Indartati dkk,2014).

Remaja putri termasuk golongan rawan menderita anemia karena remaja putri dalam masa pertumbuhan dan setiap bulan mengalami menstruasi yang menyebabkan kehilangan zat besi .Penyebab rendahnya kadar hemoglobin dalam darah salah satunya adalah asupan yang tidak mencukupi. Asupan zat gizi sehari-hari sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja adalah pengetahuan.Pengetahuan yang kurang menyebabkan remaja memilih makan diluar atau hanya mengkonsumsi kudapan. Penyebab lain adalah kurangnya kecukupan makan dan kurangnya mengkonsumsi sumber makanan yang mengandung zat besi, selain itu konsumsi makan cukup tetapi makanan yang dikonsumsi memiliki bioavaibilitas zat besi yang rendah sehingga jumlah zat besi yang diserap oleh tubuh kurang (Arisman, 2009).

Dinas Kesehatan Kota Padang mendapatkan data risiko anemia siswa sekolah pada tahun 2016 bahwa masih banyak siswi yang beresiko terkena anemia. Berdasarkan hasil survei pada tahun 2016 yang dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan Kota Padang terhadap remaja dinyatakan mengalami risiko anemia defisiensi besi melalui penilaian status kesehatan sakit yang diderita 1 tahun lalu dan keluhan sakit 1 bulan lalu yang paling utama riwayat penyakit infeksi yang mempengaruhi metabolisme dan utilisasi zat besi untuk

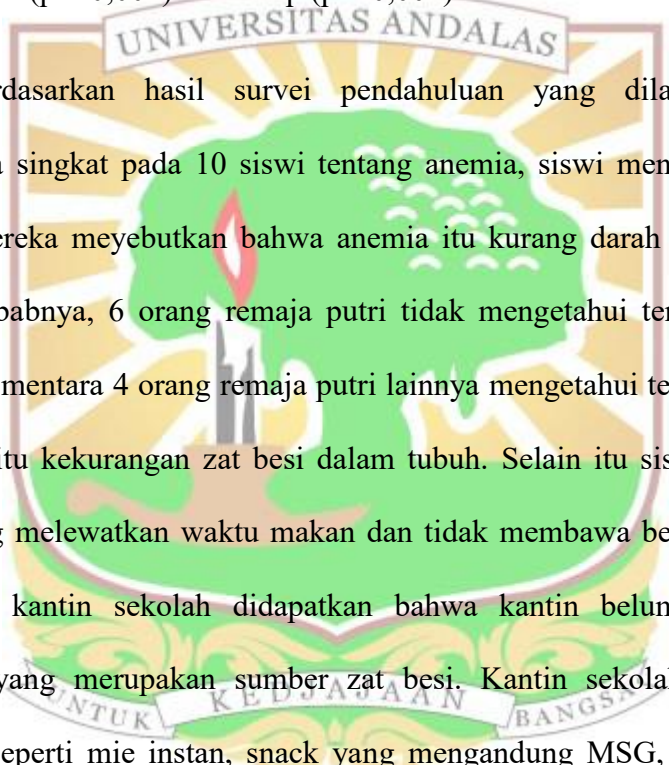
pembentukan hemoglobin dalam darah, kebiasaan tidak sarapan pagi, pola makan, riwayat kesehatan keluarga terhadap anemia dan status gizi.

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap seseorang adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan. Dengan memberikan informasi sehingga akan menimbulkan kesadaran pada individu atau masyarakat untuk berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya. Pendidikan kesehatan merupakan suatu bentuk intervensi atau upaya yang ditujukan kepada perilaku, agar perilaku tersebut mau untuk memperhatikan kesehatan (Notoatmojo,2014). Pendidikan kesehatan dilakukan dengan metode yang digunakan adalah bimbingan dan penyuluhan, agar kontak antara pasien dan petugas lebih intensif, setiap masalah yang dihadapi dapat dikaji lebih dalam dan dibantu penyelesaiannya (Notoatmodjo,2007).

Pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Dengan sendirinya, pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata) (Notoatmodjo, 2010).

Pendidikan kesehatan yang diberikan yaitu tentang anemia. Sesuai dengan penelitian sumaryati (2003) tentang pengaruh intervensi buklet info anemia gizi dalam pencegahan dan penanggulangan anemia gizi terhadap pengetahuan dan sikap siswi sekolah menengah umum di kabupaten demak

dengan hasil penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh pemberian intervensi buklet pengetahuan dan sikap siswi SMU terhadap anemia sebesar 21%. Menurut penelitian Rosalina (2014) menunjukkan bahwa pola makan kurang untuk pencegahan anemia cukup tinggi yaitu mencapai 62,2% di SMA Swasta Bina Bersaudara Medan. Dari analisis bivariat diperoleh bahwa faktor yang berhubungan dengan pola makan untuk pencegahan anemia adalah pengetahuan ($p < 0,001$) dan sikap ($p < 0,001$).



Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara singkat pada 10 siswi tentang anemia, siswi mengetahui tentang anemia mereka menyebutkan bahwa anemia itu kurang darah tetapi tidak tau apa penyebabnya, 6 orang remaja putri tidak mengetahui tentang penyebab anemia. Sementara 4 orang remaja putri lainnya mengetahui tentang penyebab anemia yaitu kekurangan zat besi dalam tubuh. Selain itu siswi mengatakan juga sering melewati waktu makan dan tidak membawa bekal dari rumah, survey di kantin sekolah didapatkan bahwa kantin belum menyediakan makanan yang merupakan sumber zat besi. Kantin sekolah menyediakan makanan seperti mie instan, snack yang mengandung MSG, gorengan yang mengandung lemak tinggi dan minuman soft drink. Siswi tersebut juga tidak mengetahui apa saja sumber zat besi. Maka berdasarkan hal diatas tersebut peneliti merasa perlu untuk meneliti tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Anemia Pada Remaja 2018”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka yang menjadi rumusan masalah adalah bagaimana pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang anemia di MTSN 1 kota Padang tahun 2018.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang anemia di MTSN 1 kota Padang tahun 2018.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui rata-rata pengetahuan siswi sebelum diberikan Pendidikan kesehatan tentang anemia.
2. Diketahui rata-rata pengetahuan siswi sesudah diberikan Pendidikan kesehatan tentang anemia.
3. Diketahui pengaruh pengetahuan siswi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Siswi

Sebagai pengetahuan, dan informasi pendidikan kesehatan tentang anemia.

1.4.2 Bagi Peneliti

Menambah wawasan ilmu pengetahuan bagi peneliti mengenai pendidikan kesehatan tentang anemia serta mengaplikasikan ilmu yang telah didapat selama mengikuti kegiatan perkuliahan.

1.4.3 Bagi Sekolah

Mengaplikan ilmu pengetahuan tentang anemia terhadap seluruh siswa sekolah.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan Fakultas Keperawatan

Sebagai bahan masukan untuk menyusun program preventif dan promotif anemia pada remaja melalui pendidikan kesehatan.

1.4.4 Bagi Sekolah

Sebagai bahan informasi bagi sekolah agar dapat memberikan informasi bagi semua murid tentang pengetahuan anemia.

