BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa perpindahan atau transisi antara anak-anak dan dewasa yang terjadi pacu tumbuh (*growth spurt*), timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif. [1] Remaja menurut *World Health Organization* (*WHO)* adalah berusia 10-19 tahun, terdiri dari 19% populasi dunia yang diperkirakan berjumlah sekitar 1,2 milyar jiwa. [2] Pada masa ini akan terjadi perubahan fisik, pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi status kesehatan dan gizi remaja tersebut, pada anak perempuan pertumbuhannya lebih cepat daripada anak laki-laki.[1]

Usia remaja (10-19 tahun) merupakan periode rentan gizi. Hal ini disebabkan karena pada usia remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi. Perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan remaja mempengaruhi suatu asupan maupun kebutuhan gizinya.[2] Masalah gizi yang paling sering terjadi pada remaja adalah kurangnya asupan gizi yang mengakibatkan kurang gizi yaitu terlalu kurus dan dapat terkena anemia karena kekurangan zat besi.[3]

Di Indonesia terdapat 4 masalah gizi yang utama yaitu Kurang Energi Protein (KEP), Kurang Vitamin A (KVA), gondok endemik, dan kretin serta anemia. Anemia merupakan masalah kesehatan utama yang menimpa anak anak di negara berkembang, termasuk di Indonesia dan 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).* [4] Pada laki-laki Hb normal adalah 14-18 g/dl sedangkan pada perempuan adalah 12-16 g/dl. [5]

Menurut Word Health Organization (WHO) tahun 2010 sebanyak 53,7%

remaja putri di Negara Berkembang menderita anemia. Prevalensi kejadian anemia pada remaja di Indonesia adalah 57,1%, pada wanita usia subur 27,9% dan 40,1% pada ibu hamil.[6] Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukan angka kejadian anemia pada kelompok usia 15-24 tahun sebesar 18,4% dari seluruh kelompok usia 1-75 tahun, sedangkan angka kejadian anemia berdasarkan jenis kelamin diperoleh sebesar 23,9% untuk kelompok jenis kelamin wanita.[7] Penelitian Isniati tahun (2008) menemukan prevalensi anemia remaja putri di Pesantren IV Angkek Canduang adalah 39,6%.[8] Penelitian Hamid tahun (2001) di Padang, Sumatera Barat menemukan bahwa prevalensi anemia pada siswi SLTA sebesar 29,2 %.[9]

Remaja putri memiliki risiko terkena anemia sepuluh kali lipat dibandingkan remaja putra. Adanya siklus menstruasi setiap bulan merupakan salah satu faktor penyebab remaja putri terkena anemia.[10] Akibatnya remaja putri membutuhkan zat besi lebih tinggi, sementara jumlah makanan yang dikonsumsi lebih sedikit. Pantangan tertentu juga merupakan penyebab terjadinya anemia pada remaja putri.[10]

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. [11] 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. [11] 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. [11]

UNIVERSITAS ANDALAS

Defisiensi besi mempengaruhi tingkat pertumbuhan dan perkembangan remaja, dengan menghambat pertumbuhan linier.[12] Pola konsumsi remaja putri merupakan salah satu penyebab terjadinya defisiensi asupan zat besi, dikarenakan remaja putri cdenderung menjaga bentuk badan, sehingga membatasi makanan sehingga mempengaruhi asupan zat besi.[12] Zat besi berpengaruh dalam pada kadar hemoglobin remaja putri yang sedang dalam pertumbuhan, karena peningkatan zat besi pada remaja putri yang diakibatkan oleh menstruasi.[12] Darah yang keluar saat menstruasi harus diganti dengan produksi sel darah merah dengan meningkatkan asupan zat besi.[12]

Anemia adalah kondisi dimana jumlah sel darah merah dan kapasitas oksigen dalam tubuh tidak mencukupi. Penyebab utama terjadinya anemia adalah kekurangan zat besi. Penyebab anemia lainnya adalah peradangan akut atau kronik, infeksi parasit dan sintesis hemoglobin yang tidak teratur [13] Anemia defisiensi besi terjadi ketika defisiensi besi yang terjadi cukup berat sehingga menyebabkan anemia yang berakibat pada aktivitas dan juga mengganggu pertumbuhan dan perkembangan. [14]

Penyebab rendahnya kadar hemoglobin dalam darah salah satunya adalah asupan yang tidak mencukupi.[15] Asupan zat gizi sehari-hari sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan.[15] Salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja adalah pengetahuan. Pengetahuan yang kurang dan salah menyebabkan remaja memilih makan diluar atau hanya mengkonsumsi kudapan.[15] Berdasarkan penelitian Titin (2015) hasil uji chi square didapatkan nilai p = 0,03 < 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia remaja putri di SMA Negeri 1 Polokarto Kabupaten Sukoharjo, disamping itu juga hasil uji diperoleh nilai Rasio Prevalens(RP) sebesar 0,81 (95%CI : 0,67 –0,99) yang

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

artinya menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan faktor protektif yang dapat mengurangi terjadinya anemia.[16]

Penelitian Mularsih (2017) menemukan nilai *p value* sebesar 0,016 lebih kecil dari 0,05, hal ini berarti Ho ditolak dan Ha diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia pada saat menstruasi di SMK Nusa Bhakti Kota Semarang.[17] Berdasarkan hasil tabel silang, responden yang memiliki pengetahuan tentang anemia baik cenderung memiliki perilaku mendukung dalam pencegahan anemia pada saat menstruasi.[17] Responden yang memiliki pengetahuan tentang anemia kurang, cenderung memiliki perilaku tidak mendukung dalam pencegahan anemia pada saat mentruasi.[17] Hal tersebut menunjukan adanya kecenderungan pengetahuan remaja putri tentang anemia berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia pada saat menstruasi. [17]

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2017, SMA Negeri 6 Kota Padang berada pada peringkat pertama dengan jumlah siswi putri yang beresiko anemia yaitu 53 putri dari 125 siswi yang diperiksa.[18] Hasil survey awal terhadap pengetahuan tentang anemia menunjukan 3 dari 7 siswi tidak mampu menjawab dengan tepat ketika ditanyakan mengenai gejala anemia serta sumber makanan yang dapat mencegah ataupun menghambat terjadinya anemia pada remaja putri.

Berdasarkan paparan di atas, maka peneliti melakukan penelitian tentang korelasi asupan zat besi dan pengetahuan terhadap anemia terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA N 6 Kota Padang Tahun 2020

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah korelasi asupan zat besi dan pengetahuan anemia terhadap kadar heoglobin pada remaja putri di Sekolah Menengah 6 Kota Padang Tahun 2020?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menegetahui korelasi asupan zat besi dan pengetahuan anemia terhadap kadar hemoglobin siswi SMA N 6 Kota Padang Tahun 2020

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi rata rata asupan zat besi pada siswa/i SMA N 6 kota Padang Tahun 2020
2. Untuk mengetahui distribusi rata rata tingkat pengetahuan tentang anemia pada siswa/i SMAN 6 Padang Tahun 2020.
3. Mengetahui distribusi rata rata kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 6 Padang tahun 2020
4. Mengetahui korelasi antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 6 Padang tahun 2020
5. Mengetahui korelasi antara asupan zat besi dengan kadar hemoglobin pada remaja putri SMA Negeri 6 Padang Tahun 2020

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi tambahan merngenai korelasi asupan zat besi dan pengetahuan anemia terhadap kadar hemoglobin remaja putri siswi SMA N 6 Kota Padang Tahun 2020

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

   Bagi peneliti sendiri dapat meningkatkan dan mengembangkan ilmu pengetahuan yang didapat di bangku perkuliahan, di lapangan dan menambah wawasan penliti. Penelitian ini juga sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Ilmu Gizi bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat.

   Data penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan yang bermanfaat bagi mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat serta dapat menjadi dasar bagi perencanaan program kesehatan terutama program promotif dan preventif.

2. Bagi Sekolah

   Data penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan yang bermanfaat bagi mahaiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat serta dapat menjadi dasar bagi perencanaan program kesehatan terutama program promotif dan preventif.

3. Bagi Institusi Pendidikan

   Sebagai bahan masukan bagi institusi pendidikan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan, panduan dan referensi serta dapat memberikan gambaran tentang korelasi asupan zat besi dan pengetahuan anemia terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri siswi SMA N 6 Kota Padang Tahun 2020

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui korelasi asupan zat besi dan pengetahuan anemia terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri siswi SMA N 6 Kota Padang Tahun 2020. Variabel terikat *(dependent)* dalam penelitian ini adalah kadar hemoglobin, sedangkan variabel bebas *(independent)* adalah asupan zat besi dan

pengetahuan anemia. Penelitian ini dilakukan di SMAN 6 Padang tahun 2020 dengan desain *cross-sectional.* Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat. Data diambil dari data sekunder yaitu dinas terkait, serta data primer diperoleh dari kuisioner yang ditanyakan kepada responden dan pengukuran kadar hemoglobin (Hb) secara langsung pada siswi. Sasaran penelitian ini adalah siswi kelas X, XI, XII yang berjumlah 325 dengan sampel 60 siswi.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA