

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keberhasilan pembangunan nasional suatu bangsa ditentukan oleh ketersediaan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, yaitu SDM yang memiliki fisik yang tangguh, mental yang kuat dan kesehatan yang prima di samping penguasaan terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi (Siswanto, 2001). Gizi merupakan salah satu faktor penentu untuk mencapai kesehatan yang prima dan optimal. Namun, masyarakat di Indonesia masih menghadapi beberapa masalah gizi, salah satunya adalah anemia (Khumaidi, 2009).

Menurut Arisman (2004) masa remaja merupakan masa perantara periode kehidupan anak dengan kehidupan dewasa, yang berawal pada usia 9-10 tahun dan berakhir di usia 19 tahun, periode yang rentan baik fisik, psikis, social dan gizi. Salah satu masalah kesehatan yang terjadi pada periode remaja adalah anemia defisiensi besi kekurangan zat besi dapat menimbulkan anemia dan keletihan, kondisi yang menyebabkan mereka tidak mampu merebut kesempatan (tidak produktif).

Anemia defisiensi besi yang paling sering terjadi karena berada pada masa pertumbuhan. Anemia kurang zat besi lebih banyak terjadi pada remaja putri dibandingkan remaja putra. Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2004 menyatakan bahwa prevalensi anemia gizi pada remaja putri 57,1%. Menurut Data Depkes RI (2005), prevalensi anemia pada remaja wanita (usia 15-19 tahun) adalah 26,5 % dan pada wanita usia subur 26,9%. Hasil analisis (2005) tentang prevalensi anemia remaja (usia 10-19 tahun) adalah 25,5% dengan anemia pada remaja pria sebesar 21% dan pada remaja wanita 30%. Prevalensi tersebut lebih besar di pedesaan (27%) di bandingkan dengan perkotaan (22,6%). Menurut Riskesdas 2013 prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7%, dengan proporsi 20,6% di perkotaan dan 22,8% di pedesaan serta 18,4% laki- laki dan 23,9% perempuan. Berdasarkan kelompok umur, penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan pada umur 15-24 tahun sebesar 18,4%.

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia yang berakibat buruk bagi penderita terutama golongan rawan gizi yaitu anak balita, anak sekolah, remaja, ibu hamil dan menyusui serta pekerja terutama yang

berpenghasilan rendah (Suharno, 1993). Menurut WHO (2001) Anemia suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) seseorang dalam darah lebih rendah dari normal sesuai nilai batas ambang menurut umur dan jenis kelamin. Faktor yang melatarbelakangi tingginya prevalensi anemia di Negara berkembang adalah keadaan sosial, perilaku, kurangnya asupan zat besi dan pengetahuan tentang anemia. Pengetahuan seseorang akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan dan selanjutnya akan berpengaruh terhadap keadaan gizi individu yang bersangkutan (Khumaidi, 2009).

Pengetahuan yang baik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang. Pengetahuan gizi berperan dalam memberikan cara pemilihan bahan makanan dengan baik sehingga dapat mencapai keadaan gizi yang cukup. Tingkat pengetahuan yang menentukan perilaku pemilihan bahan makanan salah satunya melalui jalur pendidikan gizi yang umumnya diberikan sejak dini mungkin untuk menambah pengetahuan dan memperbaiki kebiasaan pemilihan bahan makanan asupan yang tidak mencukupi (Khumaidi, 2009).

Pola konsumsi makanan berkaitan erat dengan status gizi. Remaja yang memiliki status gizi kurang akan beresiko terkena anemia terutama pada remaja putri. Anemia juga dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Pada remaja putri, kebutuhan besi tambahan diperlukan untuk menyeimbangkan kehilangan zat besi akibat darah haid, sehingga terjadi peningkatan kebutuhan besi untuk mengganti kehilangan darah total (Hapzah, 2012).

Pada masa remaja kebutuhan gizi perlu mendapat perhatian karena kebutuhan nutrisi yang meningkat karena adanya peningkatan pertumbuhan fisik dan perkembangan, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan pada masa ini berpengaruh pada kebutuhan dan asupan zat gizi / *nutrient*, kebutuhan khusus *nutrient* perlu diperhatikan pada kelompok remaja yang mempunyai aktifitas olahraga dan gangguan perilaku makan. Protein dalam bahan makanan yang berasal dari hewan selain sebagai sumber protein juga sumber zat besi heme pembentuk hemoglobin darah (Sayogo, 2006).

Zat besi (Fe) yaitu mineral mikro yang paling banyak terdapat dalam tubuh manusia. Zat besi dalam makanan terdapat dalam bentuk besi hem seperti terdapat dalam hemoglobin dan mioglobin makanan sumber hewani dan

besi non hem dalam makanan sumber nabati Sumber zat besi makanan hewani seperti daging, ayam, dan ikan. Sumber makanan lainnya yaitu sereal, tumbuk, telur, kacang-kacangan, sayuran hijau dan beberapa jenis buah (Almatsier, 2009).

Vitamin c sangat berpengaruh terhadap pembentukan kadar hemoglobin karena vitamin c membantu dalam memperkuat daya tahan tubuh, membantu melawan infeksi, dan membantu dalam penyerapan zat besi dalam makanan sumber vitamin c nabati, yaitu sayur dan buah terutama yang asam (Budiyanto, 2002).

Keanekaragaman tingkat konsumsi berperan penting dalam membantu meningkatkan penyerapan zat besi di dalam tubuh. Absorpsi zat besi yang efektif dan efisien memerlukan suasana asam dan adanya reduktor, seperti vitamin c. Sifat yang dimiliki vitamin c adalah sebagai promotor terhadap absorpsi besi dengan cara mereduksi besi ferri menjadi ferro. Sebagian besar remaja yang mengalami kekurangan zat besi apabila tidak mengonsumsi cukup makanan yang mengandung zat besi seperti daging, sayuran, kacang-kacangan serta susu formula dan sereal pembangun zat besi. Oleh karena itu pola konsumsi, harus diperbaiki agar dapat dipastikan asupan makan yang mengandung zat besi yang cukup sehingga kekurangan zat besi dapat tertangani. Pencegahan untuk hampir semua bayi dan remaja, kondisi kekurangan zat besi secara keseluruhan dapat di cegah dengan cara memastikan makanan yang mengandung cukup zat besi (Koplewich, 2005).

Madrasah tsanawiyah (MTS) Al-ma'arif 01 Singosari adalah salah satu mitra pemerintah, sebenarnya sudah lahir sebelum Proklamasi Kemerdekaan Negara Republik Indonesia, lahir atas dasar kesadaran akan pentingnya pendidikan putra-putri di Indonesia ditengah-tengah upaya perjuangan Kemerdekaan Negara Indonesia. Pendidikan madrasah tsanawiyah ditempuh dalam waktu 3 tahun, mulai dari kelas 7 sampai kelas 9. MTS Al-ma'arif 01 Singosari merupakan salah satu lembaga pendidikan yang dipercaya mampu memiliki dasar pengetahuan agama yang kuat. MTS Al-ma'arif 01 adalah sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri berlokasi di propinsi Jawa Timur kabupaten Singosari dengan alamat Jl. Masjid No. 33, Kenogo Jabung, Malang.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di MTS Al-ma'arif 01, adalah sebanyak 164 remaja putri berusia antara 13-15 tahun

dengan tingkat pendidikan kelas VII. MTs AL-MA'ARIF 01 Singosari merupakan wilayah asrama sehingga kegiatannya lebih padat dari pada wilayah lainnya, dimana kegiatan di mulai sebelum adzan subuh dan berakhir pada jam 03.00 sore.

Dari 179 siswa remaja putri kelas VII terdapat 38 siswa yang merupakan tanda- tanda anemia (21%). Hal tersebut mungkin disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kurangnya sumber pengetahuan tentang kesehatan dan gizi yang hanya didapatkan dari sekolah dan teman sebaya, khususnya tentang pola makan dan energi dan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Menu yang disediakan kantin di MTS Al-ma'arif 01 malang setiap hari adalah nasi putih, soup, ikan laut, daging, tahu, tempe, tumis kacang panjang, sayur asem, sayur bening.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis meneliti lebih jauh tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Tingkat Konsumsi (Energi, Protein, Fe, dan Vitamin C) Dengan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Di MTs al-ma'arif 01 Singosari.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut, maka dapat di rumuskan masalah penelitian sebagai berikut: "Bagaimana Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Tingkat Konsumsi (Energi, Protein, Fe, dan Vitamin c) Dengan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Di MTs al-ma'arif 01 Singosari?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui apakah terdapat Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Tingkat Konsumsi (Energi, Protein, Fe, dan Vitamin c) Dengan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri Di MTS al-ma'arif 01 Singosari.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis Tingkat Pengetahuan Gizi Remaja Putri
- b. Menganalisis Tingkat Konsumsi Energi Remaja Putri

- c. Menganalisis Tingkat Konsumsi Protein Remaja Putri
- d. Menganalisis Tingkat Konsumsi Fe Remaja Putri
- e. Menganalisis Tingkat Konsumsi Vitamin c Remaja Putri
- f. Menganalisis Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Energi
- g. Menganalisis Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Protein
- h. Menganalisis Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Fe
- i. Menganalisis Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Vitamin C
- j. Menganalisis Hubungan Energi dengan Anemia
- k. Menganalisis Hubungan Protein dengan Anemia
- l. Menganalisis Hubungan Fe dengan Anemia
- m. Menganalisis Hubungan Vitamin C dengan Anemia

D. Manfaat Penelitian

1. Praktis

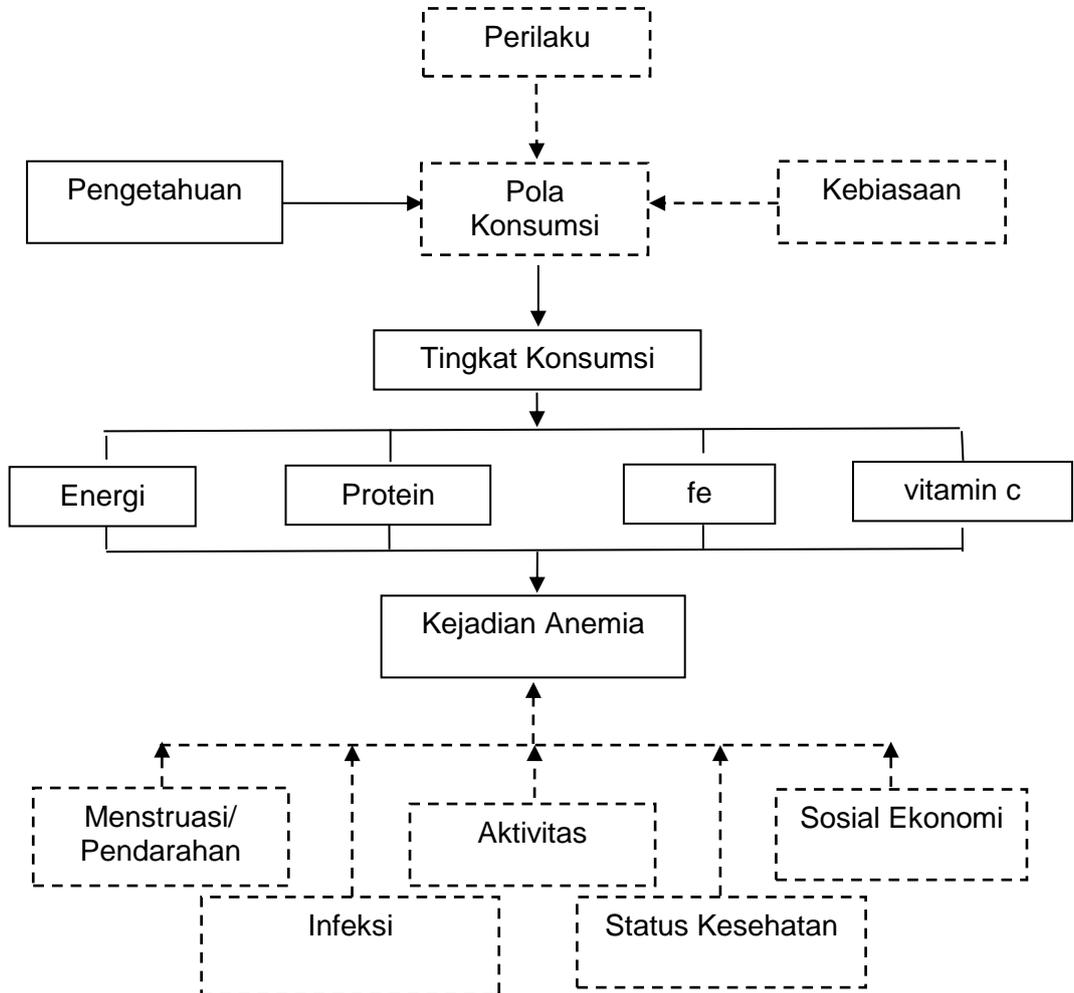
Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengetahui pentingnya Tingkat Pengetahuan tentang Anemia Tingkat Konsumsi (Energi, Protein, Fe, dan Vitamin c) sehingga bisa mencegah terjadinya anemia.

2. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam mengenal faktor-faktor penyebab terjadinya anemia sehingga remaja putri dapat memanfaatkan sebagai kajian untuk dapat menghindari kejadian anemia.

E. Kerangka Konsep dan Hipotesis Penelitian

1. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep

□ : Variabel yang di teliti

□ : Variabel tidak diteliti

Keterangan :

Pola konsumsi dipengaruhi oleh pengetahuan, kejadian anemia remaja putri dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya yaitu tingkat konsumsi energi, protein, fe dan vitamin c.

2. Hipotesis

- Ada hubungan pengetahuan remaja putri terhadap konsumsi energi, protein, fe, dan vitamin c.

- b. Ada hubungan tingkat konsumsi energi, protein, fe, dan vitamin c terhadap kejadian anemia remaja putri.