

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Remaja adalah aset bangsa demi terciptanya generasi muda mendatang yang baik yakni dapat melanjutkan kegiatan pembangunan bangsa. Salah satu upaya untuk mendukung pembangunan bangsa adalah dengan meraih prestasi belajar dibangku sekolah. Prestasi belajar erat kaitannya dengan kemampuan untuk mengingat informasi. Hasil atau prestasi yang telah dicapai oleh siswa setelah mengikuti proses belajar baik berupa perubahan dalam tingkah laku, keterampilan dan pengetahuan kemudian diukur atau dinilai dengan angka atau pernyataan (Indrayani 2013, hlm.2).

Menurut Annisa (2014,hlm.1) kemampuan intelektual dan keterampilan kognitif seseorang berhubungan dengan kemampuan daya ingat sesaat yang merupakan komponen dari *short term memory*. Pemenuhan zat gizi pada anak menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kemampuan mengingat dan daya konsentrasi saat disekolah, salah satu zat gizi yang memainkan peran penting dalam proses tersebut adalah zat besi (Wirjatmadi dan Adriani 2012, hlm.284).

Anemia defisiensi zat besi adalah keadaan kadar hemoglobin lebih rendah dari nilai normal (12 gr %) (Azaria 2015, hlm.43). Anemia defisiensi besi merupakan masalah gizi yang sering ditemukan di seluruh dunia dan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang bersifat epidemik (Gibney *et al* 2009, hlm.276). Prevalensi anemia di negara berkembang mencapai 30%, dan banyak diderita kelompok remaja dan ibu hamil (Choiriyah, 2015). Asupan makanan yang tidak adekuat menjadi penyebab utama anemia di negara berkembang. Menurut WHO (2001, hlm.8) defisiensi zat besi memengaruhi keterlambatan motorik dan kegagalan fungsi kognitif pada anak usia sekolah di beberapa negara salah satunya Indonesia. Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2008 prevalensi anemia pada anak usia sekolah (10-14 tahun) mencapai 25.4%, sedangkan prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88% (WHO 2013, dalam Choiriyah 2015, hlm.1). Menurut RISKESDAS (2013) prevalensi anemia di Indonesia mencapai

21,7%, dengan penderita berumur 5-14 tahun sebesar 26.4% (Astuti 2015, hlm.247). Menurut RISKESDAS pada tahun 2007 (dalam Astina dan Tanziha hlm.104) prevalensi anemia di Jawa Barat pada anak sebesar 18,8% sedangkan menurut Dinas Kesehatan Depok prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 47,94% (Siahaan 2012, hlm.3). Hasil Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) 2004 (dalam Sembiring 2015, hlm.15) prevalensi anemia pada remaja putri usia 10-18 yaitu 57,1%.

Pada anak usia 8-15 tahun memiliki intensitas ingatan yang kuat dan dapat menyimpan informasi dalam jumlah banyak. Kondisi anemia defisiensi besi mengakibatkan penurunan kecerdasan intelektual, penurunan daya konsentrasi belajar, penurunan kesegaran jasmani dan gangguan pertumbuhan (Mashtalina 2015, hlm.81). Menurut *Asian Development Bank* (ADB) pada tahun 2012 sekitar 22 juta anak Indonesia terkena anemia yang menyebabkan kehilangan IQ (*intelligent quotient*) sebesar 5-15 poin, prestasi yang buruk, dan kerugian potensi masa depan hingga 2.5% (EM, DeMaeyer dalam Kusmiyati 2013, hlm.116). Remaja putri merupakan kelompok rawan terkena anemia, dikarenakan pola makan buruk dan fase menstruasi sehingga membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi (Utami 2015, hlm. 68).

Masalah gizi dapat terjadi pada setiap remaja termasuk yang menuntut ilmu di Pondok Pesantren. Santri adalah siswa atau siswi yang sedang menuntut ilmu di Pondok Pesantren. Menurut Departemen Agama RI Direktorat Jenderal Pendidikan Islam tahun 2009, jumlah Pondok Pesantren di Indonesia sebanyak 24.206, propinsi Jawa Barat memiliki 7.691 Pondok Pesantren atau 31% dari total Pondok Pesantren di Indonesia. Menurut Departemen Agama tahun 2009, jumlah santri di Indonesia sebanyak 3.647.719. Di Kabupaten Bogor jumlah santri mencapai 9.199 atau 0,25% dari seluruh santri di Indonesia (Tika 2012, hlm.2).

Pada Pondok Pesantren Ulumul Qur'an setiap santriwati dituntut untuk menghafal Al-Qur'an hingga 30 juz dan menamatkan sekolah formal. Menghafal Al-Qur'an merupakan kegiatan yang mengikutsertakan aktivitas ingatan. Menghafal Al-Qur'an mencakup tiga proses yaitu menerima informasi, menyimpan dan mereproduksi. Seorang penghafal berusaha mengingat ayat yang dihafal, menyimpannya dalam memori dan memanggil kembali ayat yang

dihafalkan. Kegiatan hafalan dapat menyatukan kekuatan otak dan hati bagi yang berusaha dan mengoptimalkan indera-indera belajarnya.

Setiap santriwati memiliki perbedaan kemampuan menghafal dan mengingat Al-Qur'an. Kondisi tersebut dikarenakan jam tidur yang kurang sehingga santri mengalami kelelahan dan mengantuk saat hafalan serta asupan zat gizi yang belum tercukupi. Hal tersebut sesuai dengan penelitian di Pondok Pesantren Surabaya yang menunjukkan bahwa responden dengan pola makan buruk berisiko 12 kali lipat mengalami anemia (Jiptunair, 2004; Mashtalina 2015, hlm. 81). Sejalan dengan penelitian Fatimah (2002) di Pesantren Assidiqiyah Jakarta, kecukupan energi santri berkategori kurang sebesar 15%, dan konsumsi protein didapatkan hasil mengkhawatirkan yaitu 50% (Sukmawati 2003, hlm.1). Maka dari itu, santri tahfizh membutuhkan asupan zat gizi yang cukup untuk menunjang kegiatan sehari-hari dan menjamin pertumbuhan yang optimal (Khomsan, 2004; Tika 2012, hlm.3).

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 14 Maret 2016 santri di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an, santriwati menunjukkan gejala anemia dimana 66.7% sering kelelahan, 40% mudah pusing, dan 100% mudah mengantuk. Hasil pengecekan kadar hemoglobin pada tanggal 22 Maret 2016 dari 23 santriwati yang diperiksa menunjukkan 91.30% santriwati mengalami anemia dengan nilai rata-rata kadar Hb keseluruhan 10.04 gr/dl, hal ini menunjukkan terdapat masalah anemia di Pondok Pesantren ini. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana keterkaitan asupan zat gizi dan kadar hemoglobin dengan daya ingat sesaat santri tahfizh di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok.

## **I.2 Perumusan Masalah**

Anemia defisiensi besi merupakan masalah gizi yang paling sering ditemukan di seluruh dunia. Prevalensi anemia di negara berkembang diperkirakan mencapai 30%, dan banyak terjadi pada kelompok remaja dan ibu hamil (Choiriyah, 2015). Asupan makanan yang tidak adekuat menjadi penyebab utama anemia di negara berkembang.

Menurut *World Health Organization* (2001, hlm.8) defisiensi zat besi memengaruhi keterlambatan motorik dan kegagalan fungsi kognitif pada anak prasekolah dan anak usia sekolah di beberapa negara salah satunya adalah Indonesia. Hasil Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) 2004 (dalam Sembiring 2015, hlm.15) prevalensi anemia pada remaja putri usia 10-18 tahun mencapai 57,1%. Sedangkan angka prevalensi anemia pada remaja putri menurut Dinas Kesehatan Depok sebesar 47,94% (Siahaan 2012, hlm.3).

*Asian Development Bank* (ADB) tahun 2012 menyatakan bahwa anak yang anemia yang menyebabkan kehilangan angka kecerdasan intelektual sebesar 5-15 poin, prestasi yang buruk, dan kerugian potensi masa depan hingga 2.5% (EM, DeMaeyer dalam Kusmiyati 2013, hlm.116). Pada Pondok Pesantren Tahfizh Al-Qur'an dibutuhkan daya konsentrasi dalam belajar yang sangat tinggi sehingga memerlukan asupan zat gizi yang cukup untuk menunjang kegiatan hafalan dan menjamin pertumbuhan yang optimal (Khomsan 2004 dalam Tika 2012, hlm.3). Bertolak dari masalah di atas maka penulis tertarik untuk menganalisis keterkaitan asupan zat gizi dan kadar hemoglobin dengan daya ingat sesaat santri tahfizh di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok 2016.

### **I.3 Tujuan Penelitian**

#### **I.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis keterkaitan asupan zat gizi dan kadar hemoglobin dengan daya ingat sesaat santri tahfizh di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok tahun 2016.

#### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran karakteristik santriwati meliputi usia, tingkat pengetahuan gizi di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok
- b. Mengetahui gambaran status gizi santriwati di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Bojongsari Depok
- c. Mengetahui gambaran daya ingat sesaat santriwati di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok

- d. Mengetahui gambaran asupan zat gizi santriwati di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok
- e. Mengetahui gambaran kadar hemoglobin santriwati di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok
- f. Mengetahui gambaran karakteristik orang tua santriwati meliputi pendidikan dan pekerjaan di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok
- g. Mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dengan daya ingat sesaat santri tahfizh di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok
- h. Mengetahui hubungan antara tingkat asupan zat gizi (makronutrien dan mikronutrien) dengan daya ingat sesaat santri tahfizh di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok
- i. Mengetahui hubungan antara status gizi dengan daya ingat sesaat santri tahfizh di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok
- j. Mengetahui hubungan antara kadar hemoglobin dengan daya ingat sesaat santri tahfizh di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok

#### **I.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Bagi Pondok Pesantren Ulumul Qur'an**

Memberikan informasi kepada Pondok Pesantren Ulumul Qur'an sebagai masukan dalam meningkatkan upaya promotif dengan KIE (Komunikasi, Informasi dan Edukasi) dan *preventive* (pencegahan) dari kejadian anemia defisiensi besi sehingga dapat membentuk sumber daya manusia yang berkualitas di masa yang akan datang.

##### **1.4.2 Bagi Instansi**

Sebagai tambahan kepustakaan khususnya untuk mahasiswa jurusan gizi dan bahan referensi yang dapat digunakan dalam penelitian selanjutnya.

##### **1.4.3 Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dan menjadi salah satu landasan untuk penelitian-penelitian berikutnya supaya mampu

menganalisis informasi mengenai anemia lebih luas lagi serta dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya anemia pada remaja.

