

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin lebih rendah dari normal (Astuti, *et al* 2016). Anemia merupakan penyakit yang umumnya sering di derita oleh remaja. Remaja adalah individu kelompok usia 10-19 tahun yang dibagi dalam dua terminasi yaitu remaja awal pada rentang usia 10-14 tahun dan remaja akhir 15-19 tahun. (Masthalina, *et al* 2015). 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 (Indartanti, *et al* 2014). Anemia juga dapat mengganggu pertumbuhan dimana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna, menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terserang penyakit (Listiana. 2016). Anemia umumnya lebih sering terjadi pada wanita dan remaja putri dibandingkan dengan pria (Kaimudin, *et al* 2017).

Remaja yang menderita anemia jumlahnya cukup banyak khususnya remaja putri seperti yang sudah di uraikan di atas prevalensi kasus anemia untuk wilayah jawa barat cukup besar. Dimana untuk wilayah depok dari sekitar delapan ribu remaja putri diperkirakan 36 persennya menderita anemia (Profil Kesehatan Kota Depok, 2013). Dari besarnya jumlah tersebut maka dari itu anemia perlu di perhatikan agar penderita anemia tidak bertambah lagi, hal kecil yang dapat dilakukan sebagai langkah awal adalah mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan anemia. Menurut *World Health Organization* (WHO) anemia merupakan masalah gizi mikro terbesar didunia, prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88% (Putri, *et al* 2017). Anemia umumnya di derita oleh wanita atau remaja putri menurut data yang ada terdapat 12% wanita di amerika serikat berusia 15-49 tahun dan 11% wanita hamil usia subur mengalami anemia. (Listiana, 2016). Anemia pada remaja putri merupakan masalah umum yang sering dijumpai terutama di negara – negara berkembang seperti halnya di Indonesia. Berdasarkan hasil Riskesdas 2013, proporsi anemia di Indonesia pada

kelompok umur 5-14 tahun adalah sebesar 26,4%. Sedangkan untuk wilayah Jawa Barat jumlah kasus penyakit anemia sebesar 1828 kasus atau 3,08% (Profil Kesehatan Jabar, 2012).

Setiap orang yang menderita anemia kadang tidak paham apa yang menyebabkan dirinya terkena anemia, dan cenderung mereka tidak memperdulikan hal itu (Mahmudah, 2015). Seperti yang diketahui ada banyak faktor yang menyebabkan seseorang khususnya remaja terkena anemia, antara lain usia. Usia bisa menjadi salah satu faktor penyebab anemia hal ini karena di usia remaja merupakan usia dimana seorang anak memasuki fase kehidupan baru (Novitasari, 2016). Untuk remaja putri usia remaja biasanya di tandai dengan mulainya masa menstruasi dan hal ini lah yang menyebabkan kenapa remaja putri lebih mudah terkena anemia (Hardiyanti, *et al* 2016). Beberapa faktor yang lain seperti gaya hidup, sarapan pagi, status gizi, konsumsi tablet tambah darah, pendidikan ibu, dan pendapatan orang tua juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi seorang anak terkena anemia.

Usia remaja merupakan usia dimana terdapat perubahan-perubahan hormonal dimana perubahan struktur fisik dan psikologis mengalami perubahan drastis. Masalah gizi utama yang dialami oleh para remaja diantaranya yaitu anemia defisiensi zat besi, kelebihan berat badan atau obesitas dan kekurangan zat gizi (Handayani *et al*, 2014). Pada usia remaja, anak juga akan mulai lebih selektif dalam memilih apa yang akan mereka makan, dan kadang apa yang mereka pilih tersebut belum terjamin kualitas nya (Setyaningsih, 2007). Selain itu Sesuai dengan hasil study awal yang dilakukan peneliti, juga diketahui bahwa hampir 80% dari 12 siswi yang ada di SMA Muhammadiyah 4 Depok, 8 siswi mengalami anemia dengan rentang usia 14-16 tahun sedangkan sisanya tidak mengalami anemia. Hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa remaja putri merupakan kelompok risiko tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja putra dimana kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada usia 14-15 tahun. (Silalahio, *et al* 2016).

Gaya hidup yang tidak benar dapat menjadi faktor pemicu terjadinya beberapa penyakit termasuk anemia. Berdasarkan beberapa penelitian gaya hidup menjadi faktor utama yang menyebabkan remaja putri menderita anemia. Remaja

putri cenderung sering melakukan diet sehingga dapat menyebabkan asupan zat gizi berkurang termasuk zat besi. (Indartanti *et al*, 2014). Selain itu menurut Sulistyoningsih (2011) dalam La pou *et al*, (2015) Mengonsumsi makanan fast food, menjalankan pola diet yang tidak benar, takut gemuk, dan mengonsumsi minuman bersoda yang berlebihan juga merupakan gaya hidup yang dapat menyebabkan remaja putri terserang anemia. Berdasarkan hasil study awal yang dilakukan peneliti, diketahui bahwa 100% siswi yang ada di SMA Muhammadiyah 4 Depok semua mengonsumsi makanan fast food, dan minuman bersoda serta sedang tidak dalam menjalankan pola diet.

Sering melewatkan sarapan pagi juga dapat menjadi pemicu timbulnya anemia pada remaja. Hal ini terjadi karena di usia remaja cenderung anak-anak sudah mulai memperhatikan penampilan sehingga banyak dari mereka melewatkan sarapan. Pada remaja putri salah satu usaha agar tubuhnya langsing dan lebih mementingkan penampilan dilakukan dengan memilih makanan yang tidak mengandung banyak energi dan tidak mau sarapan. (Hermina, *et al* 2009). Berdasarkan hasil study awal yang dilakukan peneliti, diketahui bahwa 40% dari 12 siswi yang ada di SMA Muhammadiyah 4 Depok jarang melakukan sarapan pagi dikarenakan ibu mereka yang bekerja dan faktor lainnya sedangkan sisanya melakukan sarapan. Sarapan pagi merupakan kegiatan yang paling penting dalam memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi dalam sehari, namun masih banyak remaja yang melewatkan kebiasaan ini, sehingga berdampak pada berkurangnya zat besi dalam darah yang mengakibatkan anemia (Kalsum, *et al* 2016).

Status gizi juga dapat mempengaruhi anemia. Keadaan status gizi kurang yang tidak sesuai dengan apa yang dibutuhkan akan mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang. Menurut Almatsier (2009) bahwa pada masa remaja merupakan saat terjadinya perubahan-perubahan cepat dalam proses pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikologis. Pada usia remaja zat gizi yang dibutuhkan lebih banyak dari pada usia anak-anak. Apabila status gizi tidak normal maka dikhawatirkan status zat besi juga tidak baik, sehingga dapat menyebabkan anemia. Maka atas pertimbangan berbagai faktor tersebut, kebutuhan kalori, protein dan mikronutrient pada kelompok usia ini perlu diutamakan. (Sulastinah, *et al* 2017). Dari hasil study awal diketahui bahwa 50% siswi dari 12 siswi yang

ada di SMA Muhammadiyah 4 Depok memiliki IMT di bawah normal sedangkan sisanya memiliki IMT normal namun ada 3 siswa yang IMT nya di atas normal.

Remaja putri umumnya sudah mengalami fase menstruasi dimana remaja konsumsi tablet tambah darah menjadi hal yang paling diperlukan dalam fase ini. Hal tersebut karena remaja putri yang mengalami menstruasi akan mengalami kekurangan darah yang cukup hebat sehingga diperlukan konsumsi tablet tambah darah untuk menanggulangi hal tersebut. Anemia pada remaja putri akan mengakibatkan perkembangan motorik, mental, dan kecerdasan terhambat, menurunnya prestasi belajar, tingkat kebugaran menurun, dan tidak tercapainya tinggi badan maksimal (Savitry, *et al* 2017). Berkaitan dengan hal tersebut salah satu program penanggulangan anemia yang dilakukan pemerintah adalah dengan penyediaan suplementasi zat besi (tablet tambah darah) bagi wanita usia subur dan ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 88 tahun 2014). Dari hasil study awal diketahui bahwa 90% siswi dari 12 siswi yang ada di SMA Muhammadiyah 4 Depok tidak mengkonsumsi tablet tambah darah saat di tanya hanya 10% yakni 2 orang yang sedang mengkonsumsi tablet tambah darah saat di tanya.

Pendidikan ibu yang kurang terhadap anemia juga berpengaruh terhadap seorang anak menderita anemia, hal ini karena ibu yang lebih banyak mengatur jenis makanan apa yang akan di makan oleh seluruh anggota keluarga. Menurut sulaeman (2007) dalam Listiana (2016) pendidikan berkaitan dengan tingkat seseorang akan sakit. pendidikan ibu merupakan modal utama dalam penunjang ekonomi keluarga juga berperan dalam penyusunan makan keluarga, serta pengasuhan dan perawatan anak. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik akan lebih tahu bagaimana mengolah makanan, mengatur menu makanan, serta menjaga mutu dan kebersihan makanan dengan baik. Diketahui juga dari hasil penelitian bahwa lamanya pendidikan ibu berhubungan signifikan positif dengan tingkat kesehatan anak (Masithah,*et al* 2005). Dari hasil study awal juga diketahui bahwa 30% siswi dari 12 siswi yang ada di SMA Muhammadiyah 4 Depok memiliki Ibu dengan tingkat pendidikan di atas bangku SLTA/SMA sedangkan 70% sisanya menjawab ibu mereka memiliki tingkat pendidikan di bawah bangku SLTA/SMA namun ada juga yang menjawab tidak tahu. Menurut

Soekirman (1985) dalam Wulandari (2011) menyatakan bahwa tingkat pendidikan ibu berpengaruh terhadap kesehatan anak karena diharapkan tingkat pendidikan berbanding lurus dengan pengetahuan gizi sehingga pola asuh yang dilakukan oleh ibu pada anak tidak salah. Bagi keluarga dengan ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi akan lebih mudah menerima informasi kesehatan khususnya bidang gizi, sehingga dapat menambah pengetahuannya dan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari (Astuti, *et al* 2016).

Pendapatan orang tua juga dapat mempengaruhi seorang remaja mengalami anemia, hal tersebut karena tingkat ekonomi (pendapatan) keluarga yang rendah akan mempengaruhi pola dan jenis makanan keluarga tersebut. Di mana sebagian besar keluarga yang memiliki tingkat ekonomi (pendapatan) yang rendah lebih memilih jenis makanan yang berorientasi pada karbohidrat dibandingkan protein, vitamin dan mineral. Hal ini dikarenakan makanan yang mengandung karbohidrat lebih murah dibandingkan yang lain (Basith, *et al* 2017). Dari hasil study awal diketahui bahwa hanya 40% siswi dari 12 siswi yang ada di SMA Muhammadiyah 4 Depok memiliki orang tua dengan pendapatan tinggi dikarenakan orang tua mereka bekerja sebagai pegawai swasta, sedangkan 60% siswanya menjawab menjawab tidak tahu berapa pendapatan orang tua mereka. Pendapatan atau penghasilan yang kecil tidak dapat memberi cukup makan pada anggota keluarga yang dapat mempengaruhi remaja dalam mengkonsumsi zat gizi dan pengadaan aneka ragam makanan yang berdampak pada kurangnya asupan zat besi. Rendahnya asupan zat besi ke dalam tubuh yang berasal dari konsumsi zat besi dari makanan sehari-hari merupakan salah satu penyebab terjadinya anemia (Listiani, 2016).

Saat ini anemia merupakan penyakit yang cukup harus di perhatikan karena prevalensi nya yang cukup besar di Indonesia. ini juga di perkuat dengan banyaknya hal-hal yang ada saat ini yang dapat menjadi pemicu seorang remaja menderita anemia. Dari hasil penjarangan *haemoglobin (Hb)* remaja putri didapat ada 8 siswi yang *Hb*-nya di bawah 10 gr/dl dari 12 siswi yang diperiksa. Dengan kata lain, ada hampir 80% siswi kelas X dan XI yang menderita anemia di SMA Muhammadiyah 4 Depok, Jawa barat. Berdasarkan data dan penelitian yang ada

sebelumnya peneliti disini akan mengkaji permasalahan yang ada yakni gambaran status anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 4 Depok, Jawa barat.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin lebih rendah dari normal (Astuti, *et al* 2016). Berdasarkan hasil Riskesdas 2013, proporsi anemia di Indonesia pada kelompok umur 5-14 tahun adalah sebesar 26,4% (Kemenkes RI, 2014 dalam Ashar *et al*, 2014). anemia merupakan penyakit yang cukup harus di perhatikan. Berdasarkan latar belakang diatas masalah yang akan di kaji peneliti adalah Gambaran status anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 4 Depok, Jawa barat.

## **I.3 Pertanyaan Penelitian**

- a. Bagaimana gambaran kejadian anemia pada remaja di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018 ?
- b. Bagaimana gambaran usia remaja yang anemia pada remaja di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018 ?
- c. Bagaimana gambaran gaya hidup remaja yang menderita anemia pada remaja di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018 ?
- d. Bagaimana gambaran sarapan pagi remaja yang menderita anemia pada remaja di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018 ?
- e. Bagaimana gambaran status gizi remaja yang menderita anemia pada remaja di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018 ?
- f. Bagaimana gambaran konsumsi tablet tambah darah pada remaja yang menderita anemia pada remaja di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018 ?
- g. Bagaimana gambaran pendidikan ibu pada remaja yang menderita anemia pada remaja di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018 ?
- h. Bagaimana gambaran pendapatan orang tua remaja yang menderita anemia pada remaja di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018 ?

## **I.4 Tujuan Penelitian**

### **I.4.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran status anemia pada remaja putri di SMA Muhammdiyah 4 Depok Tahun 2018

### **I.4.2 Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui gambaran status anemia remaja putri di SMA Muhammdiyah 4 Depok Tahun 2018
- b. Untuk mengetahui gambaran usia remaja di SMA Muhammdiyah 4 Depok Tahun 2018
- c. Untuk mengetahui gambaran gaya hidup remaja di SMA Muhammdiyah 4 Depok Tahun 2018
- d. Untuk mengetahui gambaran kebiasaan sarapan remaja di SMA Muhammdiyah 4 Depok Tahun 2018
- e. Untuk mengetahui gambaran status gizi pada remaja di SMA Muhammdiyah 4 Depok Tahun 2018
- f. Untuk mengetahui gambaran konsumsi tablet penambah darah di SMA Muhammdiyah 4 Depok Tahun 2018
- g. Untuk mengetahui gambaran pendidikan ibu di SMA Muhammdiyah 4 Depok Tahun 2018
- h. Untuk mengetahui gambaran pendapatan orang tua di SMA Muhammdiyah 4 Depok Tahun 2018

## **I.5 Manfaat Penelitian**

### **I.5.1 Bagi Institusi Pendidikan dan Pemerintah**

Diharapkan mampu untuk memberi gambaran status anemia pada remaja putri bagi institusi pendidikan serta institusi-institusi pemerintah yang terkait dalam rangka penentuan kebijakan gizi bagi anak usia remaja

### **I.5.1 Bagi peneliti selanjutnya**

Sebagai data awal serta acuan dan informasi untuk meneliti lebih lanjut mengenai gambaran status anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018.

### **I.6 Ruang Lingkup**

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah penelitian dilakukan pada bulan februari - mei 2018 dengan responden remaja di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018 dan penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* serta juga data dari hasil wawancara kepada responden untuk melihat data mengenai usia, gaya hidup, sarapan pagi, status gizi, konsumsi tablet penambah darah, pendidikan ibu dan pendapatan orang tua serta untuk mengetahui gambaran status anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 4 Depok Tahun 2018

