

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Pada masa remaja terjadi pertumbuhan yang pesat serta diikuti dengan perkembangan baik secara fisik dan mental oleh sebab itu remaja memerlukan makanan yang mengandung zat-zat gizi lengkap untuk dapat tumbuh sehat (Suryani, dkk, 2015). Masa remaja merupakan periode transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Dalam masa peralihan, melibatkan perubahan yang besar dalam aspek fisik, kognitif dan psikososial yang saling berkaitan (Feldman, dkk, 2009).

Pada umumnya masa remajaditandai dengan munculnya pubertas. Pada masa pubertas terjadinya pertumbuhan fisik yang ditandai dengan perubahan bentuk tubuh, proporsi tubuh dan kematangan organ-organ seksual (Ramdani, 2015). Hal ini menyebabkan remaja saat ini ingin memiliki citra diri yang mengacu pada idola mereka, seperti para selebriti dan prajawati yang cenderung memiliki tubuh yang proposional (Sulistyoningsih, 2011).

Masa remaja merupakan masa transisi antara kanak-kanak dan dewasa merupakan masa pencarian identitas diri. Begitu pentingnya menemukan siapa dirinya agar dia bisa menuntaskan tugas-tugas perkembangan selanjutnya. Pencarian identitas diri ini tidak terlepas dari bimbingan orang tua dan pengaruh lingkungan termasuk pengaruh teman sebaya (Ningsih, dkk. 2014)

Remaja beresiko tinggi menderita anemia, khususnya anemia defisiensi besi, anemia gizi besi menjadi 2 tipe yaitu anemia gizi besi dan anemia non gizi. Remaja mendefinisikan dirinya tidak hanya dengan menggunakan standar yang ada pada dirinya tapi juga melibatkan pihak di luar dirinya yaitu teman sebaya (Ningsih, dkk. 2014).

Pada masa remaja adalah masa ketika seseorang mulai memperhatikan keadaan tubuhnya dan sering gelisah jika mendapati tubuh mereka ternyata tidak ideal.

badannya. Pada periode ini, kebutuhan zat gizi tinggi karena berhubungan dengan besarnya tubuh. Growth spurt anak perempuan berkisar antara 10 dan 12 tahun, sedangkan anak laki-laki berkisar antara 12 sampai 14 tahun. Permulaan growth spurt pada anak tidak selalu pada umur yang sama melainkan tergantung individualnya. Pertumbuhan yang cepat biasanya diiringi oleh pertumbuhan aktivitas fisik sehingga kebutuhan zat gizi akan meningkat pula.

Anemia merupakan masalah serius yang sedang dialami oleh remaja di Indonesia sebagai negara berkembang. Anemia didefinisikan sebagai suatu keadaan kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin. Remaja dikatakan anemia apabila kadar Hb <12 gr/dl untuk perempuan dan apabila kadar Hb <13 gr/dl untuk laki-laki (Adriani dan Wirjatmadi, 2012).

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Menurut (WHO, 2013) Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja putri. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Jumlah penduduk usia remaja (15-24 tahun) di Indonesia sebesar 18,4% sedangkan angka anemia di Indonesia sendiri sebesar 21,7 yang terdiri dari 18,4% laki-laki dan 23,9% perempuan (Litbangkes kementerian kesehatan, 2013).

Anemia pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional. Hal ini dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun, mudah lemas dan lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun serta dapat mengakibatkan produktivitas menurun (Khairunnisa, 2016).

Menurut Khairunnisa Secara umum tingginya prevalensi anemia disebabkan oleh rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti vitamin A, C, folat, riboflavin dan B12 untuk mencukupi kebutuhan zat besi dalam sehari-hari bisa dilakukan dengan mengonsumsi sumber makanan hewani, seperti daging merah,

daging unggas, dan ikan serta mengonsumsi sumber makanan nabati seperti kentang, bayam, sayuran berdaun hijau, biji-bijian, dan buah-buahan.

Pada masa remaja membutuhkan asupan gizi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Asupan protein dalam tubuh sangat membantu penyerapan zat besi. Selain itu vitamin C dalam tubuh remaja harus tercukupi, maka di dalam usus zat besi (Fe) akan dipertahankan tetap dalam bentuk ferro sehingga lebih mudah diserap. Selain itu vitamin C membantu transfer Fe dari darah ke hati serta mengaktifkan enzim-enzim yang mengandung Fe (Muchtadi, 2009).

Kurangnya asupan gizi pada remaja umumnya kekurangan zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, lemak dan kekurangan zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral. Kurangnya zat gizi makro dan mikro dapat menyebabkan tubuh menjadi kurus dan berat badan menurun, pendek, sakit terus menerus dan anemia. Remaja sangat membutuhkan asupan zat besi untuk membentuk sel darah merah. Zat besi diperlukan dalam pembentukan darah untuk sintesa hemoglobin. Hal ini terjadi karena remaja setiap bulannya mengalami menstruasi yang berdampak kekurangan zat besi dalam darah. Pada dasarnya asupan zat gizi pada tubuh harus tercukupi khususnya pada remaja (Muchtadi, 2009).

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti berminat meneliti mengenai Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja di SMAN 1 Parung

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat disusun rumusan permasalahan secara umum yang akan diteliti dalam penelitian ini yaitu, Apakah Ada Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Anemia Gizi Besi Pada Remaja di SMAN 1 Parung tahun 2017?

Selain itu secara spesifik dapat diuraikan rumusan masalahnya sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan jenis kelamin dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung?
2. Apakah ada hubungan pengetahuan tentang anemia gizi besi dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung?
3. Apakah ada hubungan uang saku remaja dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung?
4. Apakah ada hubungan lingkungan sosial dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung?
5. Apakah ada hubungan perilaku makan remaja dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung?

I.3 Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung

b. Tujuan Khusus

1. Mengetahui prevalensi anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung
2. Mengetahui faktor-faktor pada responden meliputi jenis kelamin, pengetahuan uang saku, lingkungan sosial, perilaku makan pada remaja di SMAN 1 Parung.
3. Mengetahui hubungan jenis kelamin dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung.
4. Mengetahui hubungan pengetahuan tentang anemia gizi besi dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung.
5. Mengetahui uang saku remaja dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung.
6. Mengetahui hubungan lingkungan sosial teman sebaya dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung.
7. Mengetahui perilaku makan remaja dengan kejadian gizi besi pada remaja di SMAN 1 Parung.

I.4 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat bagi meningkatkan kemampuan peneliti dalam mengidentifikasi masalah nyata masyarakat berdasarkan teori konsep. Penulis juga mendapat kesempatan untuk mendalami faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia sebagai penambah ilmu pengetahuan dan pengalaman khususnya.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi sekolah

Memberikan gambaran tentang efek kejadian anemia terhadap proses belajar mengajar dan prestasi belajar siswinya.

2. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran, wawasan, pengetahuan dan memberikan pengalaman untuk melakukan penelitian, dan ilmu yang telah didapat dari perguruan tinggi bisa digunakan dimasa akan datang.

3. Bagi Responden

Memberikan informasi kepada masyarakat tentang pentingnya zat besi bagi pertumbuhan, kecerdasan dan pemenuhan zat besi khususnya pada usia remaja