

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Remaja merupakan masa transisi psikologis dan sosial dari kanak-kanak ke dewasa yang berlangsung hingga akhir usia belasan atau awal dua puluhan. Beberapa faktor yang mempengaruhi cepat atau lambatnya pubertas antara lain nutrisi, perilaku nutrisi, genetik, kondisi kesehatan, sosial, dan faktor lingkungan. Nutrisi merupakan faktor yang paling mempengaruhi pubertas (Verawaty, 2011).

Remaja putri umumnya mengalami kekurangan zat besi, kalsium, dan vitamin A, vitamin B, seng asam folat, iodium, vitamin D, dan magnesium (Agus, 2009). Anak remaja merupakan salah satu dari kelompok rawan yang terkena anemia (Halterman *et al.*, 2001)

Anemia ialah kondisi yang menggambarkan kadar hemoglobin atau jumlah eritrosit dalam darah tidak normal atau rendah. Fungsi dari sel darah merah atau eritrosit adalah untuk memberikan oksigen dari paru-paru ke bagian lain dari tubuh. Anemia gizi besi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang disebabkan oleh defisiensi besi, meskipun defisiensi asam folat, vitamin B12, protein serta vitamin-vitamin lainnya dan unsur sekelumit elemen yang dapat menyebabkan anemia (Wiyono, 2016).

Iron Deficiency Anemia (IDA) merupakan masalah anemia utama selama masa remaja. Percepatan perkembangan, perubahan hormonal, kekurangan zat gizi dan meulainya masa menstruasi merupakan masalah utama pada masa ini (Beard, 2000).

Prevalensi anemia pada anak remaja sebesar 27% di negara berkembang dan 6% di negara maju (Dugdale, 2001). Menurut WHO tahun 2008 prevalensi anemia di dunia berkisar antara 40-88% (dalam Choiriyah, 2015). Data Riskesdas 2007 menunjukkan secara nasional prevalensi anemia pada wanita sebesar 11,3% dan pada pria 12,2%. Sedangkan prevalensi anemia di provinsi Jawa Barat sebesar 13,4%. Hasil survey anemia remaja putri Dinas Kesehatan Kota Depok dalam Siahaan (2012) diketahui prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Depok

sebesar 35,7%. Jika dikategorikan menurut WHO (2011), maka Kota Depok berada dalam kategori masalah anemia tingkat sedang, dimana kategori masalah kesehatan masyarakat tingkat sedang berkisar antara 20-39%.

Kejadian anemia dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah pengetahuan, status gizi, asupan zat besi dan asupan vitamin C. Remaja yang masih dalam proses mencari identitas diri, seringkali mudah tergiur oleh modernisasi dan teknologi karena adanya pengaruh informasi dan komunikasi. Sehingga pengetahuan yang baik seringkali terabaikan, khususnya pengetahuan tentang gizi pada remaja. Tentu saja hal ini akan berpengaruh terhadap pemenuhan kebutuhan zat gizi khususnya zat besi yang akan berdampak pada anemia (Sarwono, 2008). Pengetahuan yang kurang menyebabkan remaja memilih makanan diluar atau hanya mengonsumsi kudapan. Penyebab lain adalah kurangnya kecukupan makanan dan kurangnya mengonsumsi sumber makanan yang mengandung zat besi (Soetdjningsih, 2007).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Caturyaningtiyas (2014) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri ($P= 0,03$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningrum (2013) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri ($P=0,000$).

Faktor lain yang mempengaruhi anemia adalah status gizi. Status gizi (*nutritional status*) dapat didefinisikan sebagai ekspresi dari keadaan keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan zat gizi dan penggunaan zat-zat gizi tersebut (Almatsier, 2009). Status gizi mempengaruhi terjadinya anemia, maka konsumsi makanan sebagai asupan gizi remaja putri perlu diperhatikan (Rustam Mochtar, 2004). Wijanarko, 2007 menjelaskan bahwa masyarakat perlu memahami pedoman umum gizi seimbang atau PUGS melalui sekolah-sekolah dan cara memilih makanan yang sehat dan pengetahuan kesehatan mengenai kesehatan reproduksi remaja perlu diberikan sedini mungkin.

Menurut penelitian Tri Wibowo (2013) terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri ($P= 0,00$). Penelitian ini sejalan dengan Inayati (2009) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan

yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri ($P=0,001$).

Anemia pada remaja merupakan anemia yang banyak disebabkan karena kurangnya asupan zat besi yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin, yaitu zat besi (Fe) dan vitamin C (Sembulingam, 2013). Sintesis hemoglobin memerlukan ketersediaan zat gizi besi dan protein yang cukup dalam tubuh. Keanekaragaman konsumsi makanan berperan penting dalam membantu meningkatkan penyerapan zat besi didalam tubuh. Absorpsi besi yang efektif dan efisien memerlukan suasana asam dan adanya reduktor, misalnya vitamin C (Sudoyo, 2009).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Choiriyah (2014) terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri ($P=0,00$; $P=0,00$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Noviawati (2012) terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri ($P=0,00$). Penelitian ini sejalan pula dengan Tadete (2013) terdapat hubungan yang signifikan antara asupan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri ($P=0,042$).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 30 Maret 2017 di SMA Negeri 4 Depok diketahui bahwa 13 dari 20 siswi putri menunjukkan gejala anemia seperti sering kelelahan, mudah pusing, mudah mengantuk sehingga sulit berkonsentrasi saat menerima pelajaran. Selain itu rata-rata asupan zat besi yang dikonsumsi sebesar 46,13 % dari kebutuhan harian dan rata-rata asupan vitamin C sebesar 16,86 % dari kebutuhan harian. Hal ini menandakan siswi putri di SMAN 4 Depok mengalami kekurangan asupan zat besi dan vitamin C harian, sehingga dapat menyebabkan anemia.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai hubungan tingkat pengetahuan, status gizi, asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI di SMAN 4 Depok.

I.2 Rumusan Masalah

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling sering dijumpai di dunia. Prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88% dan terjadi pada kelompok remaja. Di Indonesia prevalensi anemia pada wanita sebesar 11,3% dan di Kota Depok prevalensi anemia sebesar 35,7%.

Anemia pada remaja putri disebabkan oleh faktor karakteristik dan faktor gizi diantaranya adalah tingkat pengetahuan, status gizi, asupan zat besi dan vitamin C. Adapun dampak dari Anemia pada remaja putri apabila dibiarkan maka akan menyebabkan penurunan kemampuan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak mencapai maksimal dan penurunan kemampuan fisik.

Mengingat dampak yang ditimbulkan sangatlah berbahaya untuk masa mendatang dan masih tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri, maka peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan, status gizi, asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI di SMAN 4 Depok.

I.3 Tujuan

I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan, status gizi, asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI di SMAN 4?

I.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran prevalensi anemia
2. Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia
3. Mengetahui gambaran status gizi responden
4. Mengetahui gambaran asupan zat besi responden
5. Mengetahui gambaran asupan vitamin C responden
6. Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI
7. Mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI

8. Mengetahui hubungan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI
9. Mengetahui hubungan antara asupan vitamin C dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI

I.4 Manfaat

I.4.1 Bagi Peneliti

Untuk meningkatkan pengetahuan peneliti dan dapat memberikan informasi mengenai ada atau tidaknya hubungan antara tingkat pengetahuan, status gizi dan asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri.

I.4.2 Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan, status gizi dan asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI di SMAN 4 Depok.

I.4.3 Bagi SMA Negeri 4 Depok

Dapat memberikan informasi kepada SMAN 4 Depok untuk meningkatkan upaya promotif dan preventif (pencegahan) dari kejadian anemia defisiensi besi.

I.4.4 Bagi Instansi

Sebagai tambahan kepustakaan khususnya untuk mahasiswa S1 Ilmu Gizi dan bahan referensi yang dapat digunakan dalam penelitian selanjutnya.

I.5 Hipotesis

Berdasarkan kerangka konsep, maka peneliti membuat hipotesis sebagai berikut:

1. Ada hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI di SMAN 4 Depok
2. Ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI di SMAN 4 Depok

3. Ada hubungan zat besi dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI di SMAN 4 Depok
4. Ada hubungan vitamin C dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI di SMAN 4 Depok

I.6 Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas mengenai kejadian anemia gizi besi pada siswi kelas X dan XI di SMAN 4 Depok serta mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat pengetahuan, status gizi, asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia pada siswi kelas X dan XI. Faktor dari tingkat pengetahuan dapat diketahui melalui seberapa paham pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Faktor status gizi dapat dilihat melalui pemeriksaan IMT. Faktor asupan zat besi dan vitamin C dapat dilihat dari seberapa sering remaja putri mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi dan vitamin C. Penelitian ini dilakukan menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Data penelitian didapatkan dengan menggunakan kuesioner pengetahuan, pengukuran IMT, pengecekan kadar Hb, food frequency asupan zat gizi besi dan vitamin C.