

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di Indonesia terdapat empat masalah gizi remaja yang utama yaitu Kurang Energi Protein (KEP), Anemia Gizi Besi (AGB), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKI), dan Kurang Vitamin A (KVA). Anemia gizi merupakan masalah gizi yang paling utama di Indonesia, yang disebabkan karena kekurangan zat besi. Anemia gizi dapat disebabkan karena kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin yaitu besi, protein, Vitamin C, Piridoksin, Vitamin E (Almatsier, 2009). Anemia kekurangan zat besi dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja putri antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi dan menurunnya aktivitas dan prestasi belajar. Remaja putri yang menderita anemia kebugarannya juga akan menurun, sehingga menghambat prestasi olahraga dan produktivitasnya. Masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang sangat cepat, kekurangan zat besi akibat anemia pada masa ini akan mengakibatkan tidak tercapainya tinggi badan optimal (Arisman, 2009). Selain itu kejadian anemia yang terjadi pada saat remaja akan memberikan pengaruh pada saat kemudian remaja – remaja putri tersebut menjadi ibu dan kehamilan

mereka menjadi kehamilan berisiko tinggi anemia. Sementara itu, remaja mempunyai potensi di masa yang akan datang untuk melahirkan generasi penerus yang merupakan kunci pelaksana perawatan anak di masa yang akan datang, calon tenaga kerja yang produktif, serta merupakan calon mahasiswa yang kelak menjadi calon pemimpin. Akan tetapi banyak perilaku remaja yang salah, contohnya adalah pola makan yang salah karena diet yang tidak tepat karena adanya dorongan memiliki tubuh yang langsing.

Angka kejadian anemia cukup tinggi di seluruh dunia, berkisar antara 10% dan 20%. Hal ini disebabkan defisiensi makanan memegang peranan penting dalam timbulnya anemia, maka dapat dipahami bahwa angka kejadian tersebut lebih besar di negara – negara yang berkembang (Wiknjosastro, 2005).

Di Indonesia prevalensi anemia pada remaja putri tahun 2006, yaitu 28%. Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2004 menyatakan bahwa prevalensi anemia defisiensi pada balita 40,5%, ibu hamil 50,5%, ibu nifas 45,1%, remaja putri usia 10-18 tahun 57,1% dan usia 19-45 tahun 39,5%. Wanita mempunyai risiko paling tinggi untuk menderita anemia terutama remaja putri (Depkes RI, 2007). Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta (Dinkes YK) bersama Fakultas Kedokteran UGM tahun 2013 kepada 280 remaja putri didapatkan hasil sekitar 34 % remaja putri di daerah Yogyakarta mengidap anemia. Sedangkan di

Kabupaten Bantul prevalensi anemia masih tinggi yaitu 25,7% tahun 2010, tahun 2011 sebesar 25,6%, dan tahun 2012 sebesar 28,67%. Data terakhir tahun 2013 angka anemia sebesar 27,67% (Dinkes Kabupaten Bantul, 2013). Sementara di Kabupaten Bantul, SMA Negeri 1 Bantul merupakan sekolah favorit yang mempersiapkan anak – anak generasi bangsa untuk sukses dan berprestasi di masa yang akan datang, dengan kejadian anemia ini bisa saja terjadi penurunan prestasi dan kesehatan sehingga tujuan dari sekolah untuk menghasilkan siswa – siswa yang berprestasi akan terganggu. Faktor yang melatarbelakangi tingginya prevalensi anemia di negara berkembang adalah keadaan sosial, dan pengetahuan tentang anemia.

Masa remaja adalah masa transisi antara masa anak dan dewasa, di mana terjadi pacu tumbuh (*grow spurt*), timbul ciri – ciri seks sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan - perubahan psikologik serta kognitif (Soetjiningsih, 2004). Pada masa remaja terjadi perubahan fisik yang cepat, termasuk pertumbuhan organ – organ reproduksi (organ seksual) untuk mencapai kematangan, sehingga mampu melaksanakan fungsi reproduksi. Remaja laki – laki maupun perempuan dalam masa pertumbuhan juga membutuhkan energi, protein dan zat – zat gizi lainnya yang lebih banyak dibandingkan dengan kelompok umur lain. Pematangan seksual pada remaja menyebabkan kebutuhan zat besi pun meningkat. Namun pada masa ini, remaja putri biasanya mulai memperhatikan bentuk badan.

Remaja putri rentan mengalami kurang gizi pada periode puncak tumbuh kembang. Kurangnya gizi ini salah satunya adalah karena adanya dorongan memiliki tubuh yang langsing. Remaja putri yang sedang melakukan diet cenderung tidak mengkonsumsi bahan makanan yang berasal dari hewani, padahal bahan makanan dari hewani merupakan salah satu sumber zat besi yang baik bagi tubuh selain ikan, unggas, kacang – kacangan, dan sayuran berwarna hijau (Sayogo, 2006). Selain itu adanya siklus menstruasi setiap bulan merupakan salah satu faktor penyebab remaja putri mudah terkena anemia defisiensi besi (Sediaoetama, 2003). Remaja putri juga memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk pertumbuhannya.

Penjagaan diri pada waktu sehat, lebih baik dari pada pengobatan pada waktu sakit. Allah SWT melarang manusia membiarkan dirinya binasa. Sunnah nabi pada riwayat para sahabat menunjukkan berbagai upaya untuk melakukan tindakan pencegahan penyakit seperti di nyatakan dalam Al-Quran serta beberapa hadist Rasulullah SAW. Sebagai berikut :

يُحِبُّ اللَّهُ إِنَّ ۙ وَأَحْسِنُوا ۙ التَّهْلُكَةَ إِلَىٰ بِأَيْدِيكُمْ تُلْقُوا وَلَا اللَّهُ سَبِيلَ فِي وَأَنْفِقُوا
الْمُحْسِنِي

Artinya :”*dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri kedalam kebinasaan*”.(*Al-Baqarah;195*).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri?
2. Bagaimana hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Dapat diketahuinya tingkat pengetahuan tentang gizi pada remaja putri
- b. Dapat diketahuinya perilaku tentang gizi pada remaja putri
- c. Mengidentifikasi mengenai tingkat kejadian anemia pada remaja putri

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Penelitian secara praktis

Mengembangkan ilmu pengetahuan tentang hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia

pada remaja putri kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Bantul Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian secara teoritis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama dalam mempelajari dan memahami tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri dan diharapkan menjadi tambahan sumber kepustakaan dan juga sebagai bahan wacana di perpustakaan.

b. Bagi Peneliti

Peneliti dapat memperluas pengetahuan tentang hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri setelah melakukan penelitian ini.

c. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan bagi remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya gizi pada masa pertumbuhan terutama untuk remaja putri yang terkait dengan usaha pencegahan anemia sedini mungkin dengan meningkatkan kesadaran akan faktor risiko anemia pada remaja.

d. Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk mengetahui adanya hubungan mengenai tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri sehingga memudahkan petugas kesehatan dalam memberikan pendidikan kesehatan ketika memberikan pelayanan kesehatan pada remaja (PKPR).

e. Bagi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai masukan bagi fasilitas kesehatan di sekolah dalam memberikan perhatian terhadap kesehatan siswa yang dimaksudkan mewujudkan kesadaran siswa untuk meningkatkan kesehatan, khususnya pada siswa putri untuk menunjang kelancaran dalam proses pembelajaran di sekolah.

E. Keaslian Penelitian

Sejauh pengetahuan peneliti belum ada penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri, namun terdapat beberapa penelitian dengan topik yang sama yaitu :

1. Judul : Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Perilaku tentang Gizi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Pandanaran Kabupaten Banjarnegara.

Nama peneliti : Dian Nugraheni

Tahun : 2009

Hasil : Tingkat pengetahuan dan sikap tentang gizi tidak mempunyai hubungan yang bermakna dengan kejadian anemia pada ibu hamil, sedangkan perilaku ibu hamil tentang gizi mempunyai hubungan yang bermakna dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pandanarum Kabupaten Banjarnegara.

Persamaan : Variabel sama – sama menggunakan tingkat pengetahuan dan perilaku tentang gizi.

Perbedaan : Pada penelitian yang akan dilakukan tidak menggunakan variabel sikap, sedangkan pada penelitian yang terdahulu menggunakan variabel sikap. Di samping itu pada subjek penelitian yang dilakukan menggunakan wanita hamil, sedangkan peneliti akan mengambil subjek penelitian pada remaja putri.

2. Judul : Hubungan Anemia pada Ibu Hamil dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah di Rumah Sakit Umum Daerah Panembahan Senopati Bantul Tahun 2011.

Nama Peneliti : Rudi Harjanto

Tahun : 2011

Hasil : Terdapat hubungan yang signifikan antara anemia pada ibu hamil dengan kejadian BBLR. Ibu hamil yang mengalami anemia memiliki risiko 4,176 kali lebih tinggi

melahirkan BBLR, dibandingkan ibu yang tidak menderita anemia

Persamaan : Menggunakan variabel anemia.

Perbedaan : Pada variabel dan subjek penelitian yang akan diambil.

3. Judul : Perbandingan Keberhasilan Suplementasi Zat Besi Terhadap Ibu Hamil Dengan Anemia di Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta.

Nama Peneliti : Nurul Pertiwi

Tahun : 2008

Hasil : Wanita hamil dengan anemia yang berhasil dengan suplementasi zat besi sebesar 24 sampel dengan kadar Hb 10g/dL atau lebih dan yang tidak berhasil sebesar 6 sampel dengan kadar Hb kurang dari 10 g/dL.

Persamaan : Menggunakan variabel anemia.

Perbedaan : Penelitian terdahulu menggunakan subjek penelitian yang dilakukan pada wanita hamil sedangkan peneliti akan mengambil subjek penelitian pada remaja putri. Di samping itu terdapat perbedaan variabel suplementasi zat besi pada penelitian terdahulu.

4. Judul : Faktor – Faktor yang berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Anak TK ABA Kembaran di Bantul Yogyakarta Tahun 2013.

Nama Peneliti : Eprina Utami

Tahun : 2013

Hasil : Ada hubungan signifikan antara status gizi dan penyakit infeksi dengan anemia pada anak TK ABA. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan anemia pada anak. Terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat penyakit infeksi dan status gizi dengan anemia pada anak. Tetapi pada tingkat pengetahuan ibu tidak ada hubungan yang signifikan.

Persamaan : Menggunakan variabel status gizi, anemia, dan pengetahuan.

Perbedaan : Penelitian terdahulu menggunakan subjek penelitian yang dilakukan pada anak sedangkan peneliti akan mengambil subjek penelitian pada remaja putri. Di samping itu terdapat perbedaan variabel riwayat penyakit infeksi dan pengetahuan ibu pada penelitian terdahulu.

5. Judul : Hubungan Anemia dengan Kejadian Partus Lama di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta 2012.

Nama Peneliti : Ratnasari Rachman

Tahun : 2012

Hasil : Ada hubungan yang signifikan antara anemia dengan kejadian partus lama di RS PKU

Muhammadiyah Yogyakarta dengan tingkat keeratan hubungan yang sedang.

Persamaan : Menggunakan variabel anemia.

Perbedaan : Pada variabel dan subjek penelitian yang akan diambil.