

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi di dunia, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Angka anemia gizi besi di Indonesia sebanyak 72,3%. Kekurangan besi pada remaja mengakibatkan pucat, lemah, letih, pusing, dan menurunnya konsentrasi belajar. Penyebabnya, antara lain: tingkat pendidikan orang tua, tingkat ekonomi, tingkat pengetahuan tentang anemia dari remaja puteri, konsumsi Fe, Vitamin C, dan lamanya menstruasi. Angka prevalensi anemia di Indonesia, yaitu pada remaja wanita sebesar 26,50%, pada wanita usia subur sebesar 26,9%, pada ibu hamil sebesar 40,1% dan pada balita sebesar 47,0% (Burner, 2012).

Saat ini anemia merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia, khususnya anemia defisiensi besi. Kasus anemia sangat menonjol pada anak-anak sekolah terutama remaja puteri. Remaja puteri berisiko tinggi menderita anemia, karena pada masa ini terjadi peningkatan kebutuhan zat besi akibat adanya pertumbuhan dan menstruasi. Aktifitas sekolah, perkuliahan maupun berbagai aktifitas organisasi dan ekstrakurikuler yang tinggi akan berdampak pada pola makan yang tidak teratur, selain itu kebiasaan mengkonsumsi minuman yang menghambat absorpsi zat besi akan mempengaruhi kadar hemoglobin seseorang (Kemenkes RI, 2018).

Menurut WHO dalam penelitian Permaesih (2017), prevalensi anemia di dunia antara tahun 2010 sampai dengan tahun 2016 sebanyak 44,8% dari total seluruh penduduk dunia yang hampir 3 milyar penduduk dunia. Menurut Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) (2017), prevalensi penyakit anemia sebanyak 75,9% pada remaja puteri. Kriteria lain orang terkena

anemia apabila hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari 13 g% untuk pria dan untuk wanita kurang dari 12 g%. Sedangkan anemia untuk anak usia 6 bulan - 5 tahun, kandungan Hb dalam darah kurang dari 11 g%. Anak usia 6-14 tahun kandungan Hb kurang dari 12 g% (Kemenkes RI, 2018).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2017 menunjukkan bahwa proporsi anemia menurut karakteristik usia yaitu 12-59 bulan 28,1%, 5-14 tahun 26,4%, dan 15-24 tahun 18,4%. Serta 22,7% terjadi pada perempuan tidak hamil dan 37,1% terjadi pada perempuan hamil. Prevalensi anemia gizi besi pada remaja putri tahun 2017 yang terjadi di Daerah Kalimantan Selatan umur 12-19 tahun yaitu 36,00%. Gambaran grafis memperlihatkan bahwa di Kabupaten Tanah Laut (18,4%), Kabupaten Banjar (35,2%), Banjarbaru (54,8%), Kota Banjarmasin (73,8%) (Kemenkes RI, 2018).

Remaja memiliki resiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia gizi besi. Remaja putri memiliki resiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal itu terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Remaja putri memiliki resiko yang lebih tinggi dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami haid (menstruasi). Selain itu remaja putri cenderung sangat memperhatikan bentuk badannya sehingga akan membatasi asupan makan dan banyak pantangan terhadap makanan seperti melakukan diet vegetarian (Almatsier, 2015).

Anemia pada remaja dapat berdampak pada menurunnya produktivitas kerja, pertumbuhan terhambat, tubuh mudah terinfeksi, mengakibatkan kebugaran tubuh berkurang, semangat belajar dan prestasi menurun. Pada saat akan menjadi calon ibu maka akan menjadi calon ibu

yang beresiko tinggi untuk kehamilan dan melahirkan, dampak anemia pada ibu hamil diantaranya perdarahan waktu melahirkan sehingga dapat menyebabkan kematian ibu (Sulistyoningsih, 2011).

Dampak dari kejadian anemia pada remaja dapat menurunkan konsentrasi dan prestasi belajar, serta mempengaruhi produktivitas di kalangan remaja. Akibat dari jangka panjang penderita anemia gizi besi pada remaja putri yang nantinya akan hamil, maka remaja putri tersebut tidak mampu memenuhi zat-zat gizi pada dirinya dan pada janinnya sehingga dapat meningkatkan terjadinya resiko kematian maternal, prematuritas, BBLR, dan kematian perinatal. Melihat dampak yang terjadi di kalangan remaja akibat kejadian anemia sangat merugikan pada masa yang akan datang, maka pencegahan maupun penanggulangan masalah anemia perlu ditingkatkan (Almatsier, 2015).

Program pemerintah baru ditunjukkan pada ibu hamil agar tidak melahirkan anak yang anemia. Sedangkan hingga kini belum ada program yang dimasukkan dalam Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) untuk menanggulangi anemia gizi besi pada remaja putri di sekolah-sekolah. Padahal, jika mayoritas remaja perempuan menderita anemia terutama anemia defisiensi besi, dampaknya akan berlanjut. Mengingat, mereka adalah para calon ibu yang akan melahirkan generasi penerus. Jika tidak ditanggulangi, dikhawatirkan akan meningkatkan risiko perdarahan pada saat persalinan yang dapat menimbulkan kematian ibu. Calon ibu yang menderita anemia defisiensi besi bisa melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (Utamadi, 2008).

Sejalan dengan hasil penelitian oleh Wibowo (2013) mengenai Hubungan antara Status Gizi dengan Anemia pada Remaja Putri di SMP Muhammadiyah 3 Semarang, status Anemia responden yang diukur dengan

menggunakan kadar Hb metode *cyanmethemoglobin* hasilnya mayoritas responden yang masuk dalam kategori tidak anemia yaitu sebanyak 27 siswi (61,4%) sedangkan responden yang masuk dalam kategori anemia yaitu sebanyak 17 siswi (38,6%).

Ada faktor-faktor yang mempengaruhi anemia salah satunya adalah pengetahuan tentang anemia. Pengetahuan memegang peranan penting dalam kejadian anemia karena pengetahuan tentang anemia yang rendah maka kejadian anemia pada remaja putri akan meningkat hal ini sesuai dengan penelitian Nurbaiti (2013) pada remaja putri menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kejadian anemia. Hasil penelitian tersebut menunjukkan 84,4% remaja putri yang berpengetahuan rendah mengalami anemia. Anemia juga mempengaruhi prestasi belajar karena remaja putri yang mengalami anemia akan berdampak pada menurunnya konsentrasi sesuai dengan penelitian Istiqomah,dkk (2012) juga menunjukkan bahwa remaja putri yang menderita anemia memiliki prestasi belajar kurang baik yaitu sebesar 34,6%. Permaesih (2013) menyatakan bahwa pengetahuan dan praktek gizi remaja yang rendah tercermin dari perilaku menyimpang dalam kebiasaan memilih makanan. Remaja yang memiliki pengetahuan gizi yang baik akan lebih mampu memilih makanan sesuai dengan kebutuhannya. Pengetahuan gizi yang cukup akan memberikan bekal kepada remaja dalam memilih makanan yang sehat dan mengerti bahwa makanan erat hubungannya dengan gizi dan kesehatan.

Pengetahuan memegang peranan penting dalam menunjukkan derajat kesehatan masyarakat. Perilaku makan yang tidak baik merupakan salah satu penyebab memburuknya status gizi pada remaja yang dibuktikan dengan semakin banyaknya masalah gizi yang ditemukan diantaranya kejadian anemia pada remaja. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat

terjadi karena kurangnya pengetahuan termasuk masalah anemia. Salah satu masalah yang muncul adalah adanya kesetidakimbangan asupan makanan. Kelebihan atau kekurangan asupan makanan secara bersamaan dapat memicu terjadinya beban ganda masalah gizi di masyarakat. Hal ini dapat terjadi pada berbagai kelompok usia tidak terkecuali pada Anak Usia Remaja. Pada usia ini anak cenderung memiliki kesukaan pada jenis makanan tertentu yang nantinya dapat membentuk kebiasaan makan anak hingga dewasa (Sarwono, 2012).

Pendidikan gizi sangat penting untuk menambah pengetahuan gizi remaja. Pengetahuan gizi yang cukup diharapkan mengubah perilaku remaja dalam memilih makanan yang bergizi sesuai dengan pola menu seimbang dan sesuai kebutuhannya. Pengetahuan gizi memberi dampak gizi kurang maupun gizi lebih pada remaja sehingga mereka sejak dini perlu diberikan pendidikan agar dapat merubah kebiasaan makan yang salah agar tidak mengakibatkan timbulnya masalah gizi (Mardhani, 2011).

Sikap yang positif terhadap pencegahan anemia gizi besi akan mempengaruhi seseorang untuk mencegah dan menanggulangi anemia. Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap manusia menurut Azwar (2010) adalah pengalaman pribadi yaitu pembentukan kesan atau tanggapan terhadap objek merupakan proses kompleks dalam diri individu yang melibatkan individu yang bersangkutan, untuk dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi haruslah meninggalkan kesan yang kuat.

Hasil penelitian oleh Caturiyantiningtiyas (2015), menyatakan bahwa bahwa responden yang mempunyai sikap kurang terdapat 89 (78,8%) mengalami anemia sedangkan responden yang memiliki sikap baik terdapat 24 (35,8%) tidak mengalami anemia. Berdasarkan hasil uji Chi square

didapatkan nilai p sebesar $0,03 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara sikap dengan kejadian anemia remaja putri di SMA Negeri 1 Polokarto Kabupaten Sukoharjo.

Oleh karena itu sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut dalam situasi yang melibatkan emosi, penghayatan akan pengalaman akan lebih mendalam dan lebih lama berbekas, pengaruh orang lain yang dianggap penting misalnya orang tua, orang yang status social lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, guru, teman kerja, istri atau suami dan lain-lain, pengaruh kebudayaan hanya kepribadian individu yang telah mapan dan kuatlah yang dapat memudarkan dominasi kebudayaan dalam pembentukan sikap individual, media massa sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dan lain-lain, mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan Data Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin (2018), ada terdapat 9 SMA Swasta PGRI di Banjarmasin dengan jumlah remaja putri terbanyak pada SMAS PGRI 6 sebanyak 382 orang, SMAS PGRI 3 sebanyak 312 orang dan SMAS PGRI 2 sebanyak 301 orang. Hasil Tanya jawab singkat dengan 10 orang remaja putri di SMAS PGRI 6, sebanyak 6 orang remaja putri mengaku sering mengeluh pusing dan tidak dapat berkonsentrasi dengan baik saat mengikuti jam pelajaran. Hal ini berarti bahwa remaja putri belum terlalu mengetahui tentang anemia sedangkan 4 orang lainnya menyatakan bahwa selain pusing, mereka juga merasa lemas dan mata berkunang-kunang apabila bangkit dari tempat duduk.

Seluruh remaja putri (dari hasil studi pendahuluan), menyatakan bahwa sering menunda makan khususnya sarapan serta sering mengkonsumsi asupan makan siap saji yang cenderung mengandung tinggi

lemak, kalori, natrium dan rendah asam folat, serat dan vitamin A, serta remaja suka minuman ringan (*soft drink*), teh dan kopi yang frekuensinya lebih sering dibandingkan dengan minum susu, artinya sikap remaja puteri dalam mencegah terjadinya resiko anemia pada dirinya masih kurang.

Berdasarkan masalah tersebut, saya tertarik mengambil judul “Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kejadian Anemia pada Remaja Puteri di SMAS PGRI 6 Banjarmasin”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada hubungan pengetahuan dan sikap dengan kejadian anemia pada remaja puteri di SMAS PGRI 6 Banjarmasin?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap dengan kejadian anemia pada remaja puteri di SMAS PGRI 6 Banjarmasin.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan pada remaja puteri di SMAS PGRI 6 Banjarmasin.
- b. Mengidentifikasi sikap pada remaja puteri di SMAS PGRI 6 Banjarmasin.
- c. Menganalisis hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja puteri di SMAS PGRI 6 Banjarmasin.
- d. Menganalisis hubungan sikap dengan kejadian anemia pada remaja puteri di SMAS PGRI 6 Banjarmasin.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Tempat Penelitian

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri melalui pengetahuan dengan sikap agar mampu meningkatkan fokus remaja putri terhadap pembelajaran yang diberikan sekolah dan mampu meningkatkan prestasi remaja putri.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang anemia dan sikap dalam mengatasi anemia.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan referensi dalam pembuatan karya tulis ilmiah dengan mengambil variabel lebih luas seperti faktor penyebab lain yang dapat menyebabkan kejadian anemia pada remaja putri.