

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah kekurangan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah yang disebabkan kekurangan zat gizi yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin. Kadar Hb normal pada remaja perempuan adalah 12 gr/dl. Remaja dikatakan anemia jika kadar Hb <12 gr/dl (Proverawati dan Asfuah, 2009; h. 75). Remaja putri lebih rentan terkena anemia karena remaja berada pada masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi. Adanya siklus menstruasi setiap bulan merupakan salah satu faktor penyebab remaja putri mudah terkena anemia. Remaja memerlukan lebih banyak besi untuk mengganti besi yang hilang bersama darah haid (Arisman, 2010; h. 149).

Timbulnya anemia dapat disebabkan oleh asupan pola makan yang salah, tidak teratur dan tidak seimbang dengan kecukupan sumber gizi yang dibutuhkan tubuh diantaranya adalah asupan energi, asupan protein, asupan karbohidrat, asupan lemak, vitamin C dan yang terutama kurangnya sumber makanan yang mengandung zat besi, dan asam folat. Upaya penanggulangan masalah anemia pada remaja berkaitan dengan asupan makanan yang mengandung zat besi (Fitriani, 2014). Gejala yang seringkali muncul pada penderita anemia remaja putri diantaranya lemah, letih, lesu, mudah lelah, dan lunglai, wajah tampak pucat, mata berkunang-kunang, nafsu makan berkurang, sulit berkonsentrasi, mudah lupa dan sering sakit (Soebroto, 2010; h. 32).

Saat ini anemia merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia, khususnya anemia defisiensi zat besi. Kasus anemia sangat menonjol pada

anak-anak sekolah terutama remaja putri. Remaja putri berisiko tinggi menderita anemia, karena pada masa ini terjadi peningkatan kebutuhan zat besi akibat adanya pertumbuhan, menstruasi, aktifitas sekolah, perkuliahan maupun berbagai aktifitas organisasi dan ekstrakurikuler yang tinggi akan berdampak pada pola makan yang tidak teratur, selain itu kebiasaan mengonsumsi minuman yang menghambat absorpsi zat besi akan mempengaruhi kadar hemoglobin seseorang (Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta, 2012). Hal ini berkaitan dengan meningkatnya konsumsi makanan olahan yang nilai gizinya kurang, namun memiliki banyak kalori sebagai faktor pemicu obesitas pada usia remaja. Konsumsi jenis-jenis *junk food* merupakan penyebab para remaja rentan sekali kekurangan zat gizi (Istiany dan Rusilanti, 2014).

Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia secara umum di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun. Serta 22,7 % terjadi pada perempuan tidak hamil dan 37,1% terjadi pada perempuan hamil. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Kemenkes RI, 2013). Menurut Dinas Kesehatan Klaten (2017) angka kejadian anemia remaja putri di Klaten usia 10-14 tahun sebanyak 65,3%, usia 15-18 tahun sebanyak 52,4%.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan Yuliaji Siswanto tahun 2016 dengan judul penelitian “Kajian Anemia Pada Siswi SMA Di Kabupaten Semarang” hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) menggunakan *hemoque* terhadap 109 responden yang diambil dari 3 SMA, diperoleh hasil penelitian disarankan kepada siswi SMA untuk mulai menerapkan pola hidup sehat dengan

mengurangi konsumsi makanan yang rendah gizi seperti *fast food* dan *junk food* serta lebih memperhatikan kandungan gizi makanan yang dikonsumsi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada Jum'at, 26 Januari 2018 di SMK N 4 Klaten, dari pihak kemahasiswaan mengatakan bahwa di SMK N 4 Klaten sudah pernah dilakukan pencegahan dan penanggulangan anemia seperti pemberian tablet tambah darah dari pihak puskesmas Klaten Utara, tetapi 45% siswi dari 360 siswi tidak mengonsumsi tablet tambah darah karena mual dan pusing setelah mengonsumsi tablet tambah darah. Puskesmas Klaten Utara memberikan tablet tambah darah pada siswi SMK N 4 Klaten setiap 2 bulan sekali dan di SMK N 4 Klaten ini belum pernah dilakukan skrining awal laboratorium terutama pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dari pihak puskesmas atau dari pihak sekolah. Pada saat peneliti bertemu responden didapatkan ada 4 siswi yang belum mengetahui pentingnya menu gizi seimbang dan dampak yang ditimbulkan dari anemia. Di SMK N 4 Klaten ada 2 siswi yang pernah melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dan hasilnya anemia.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, ketidaktahuan siswi tentang pentingnya menu gizi seimbang dan dampak apa yang ditimbulkan dari anemia serta kebiasaan siswi sering mengonsumsi makanan *junk food*, *fast food* dan tidak memperhatikan nilai gizi makanan yang dikonsumsi dapat menyebabkan terjadinya anemia. Pernyataan juga diperkuat dengan SMK N 4 Klaten sudah pernah dilakukan pencegahan dan penanggulangan anemia seperti pemberian tablet tambah darah dari pihak puskesmas Klaten Utara, tetapi 45% siswi dari 360 siswi tidak mengonsumsi tablet tambah darah karena mual dan pusing setelah mengonsumsi tablet tambah darah serta di SMK N 4 Klaten ini belum

pernah dilakukan skrining awal laboratorium terutama pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dari pihak puskesmas atau dari pihak sekolah.

Melihat permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas X di SMK N 4 Klaten”

B. Rumusan Masalah

Tidak semua siswi memperhatikan nilai gizi makanan yang dikonsumsi dan tidak semua siswi mengonsumsi tablet tambah darah karena mual dan pusing setelah mengonsumsi tablet tambah darah yang dapat menyebabkan angka kejadian anemia pada remaja putri semakin meningkat dan siswi di SMK N 4 Klaten belum pernah dilakukan skrining awal laboratorium terutama pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dari pihak puskesmas atau pihak sekolah, maka penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu : “Apakah ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas X di SMK N 4 Klaten ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas X di SMK N 4 Klaten

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui status gizi siswa putri kelas X di SMK N 4 Klaten
- b. Untuk mengetahui kejadian anemia siswa putri kelas X di SMK N 4 Klaten

- c. Untuk menganalisis hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswi SMK N 4 Klaten

Dapat mengikuti Kesehatan Reproduksi Remaja (posyandu remaja) di desa masing-masing, dapat mengubah pola makan menjadi gizi seimbang, serta rutin mengonsumsi tablet tambah darah.

2. Bagi Puskesmas Klaten Utara

Dapat kerjasama dengan SMK N 4 Klaten, dapat melakukan skrining pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) pada remaja putri SMK N 4 Klaten

3. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat mendukung pengetahuan siswi tentang anemia dan mendukung siswi dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat digunakan sebagai bahan atau referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini mengenai hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas X di SMK N 4 Klaten. Adapun penelitian sejenis yang pernah dilakukan adalah :

Tabel 1.1. Penelitian sebelumnya

No	Nama	Judul	Jenis Penelitian	Pendekatan Waktu	Hasil	Perbedaan
1.	Desri Suryani (2015)	Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kota Bengkulu	Kuantitatif	<i>Cross Sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan prevalensi anemia pada remaja di Kota Bengkulu tahun 2013 sebesar 43% dan pola makan remaja tidak baik 79,2%, Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia dan tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia ($p\ value > 0,05$).	Variabel bebas, variabel terikat, tempat, jenis penelitian, jumlah sampel
2.	Arisanty Nursetia Restuti (2016)	Hubungan antara Asupan Zat Gizi dan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMK Mahfilud Durror II Jelbuk	<i>Analitik Observasional</i>	<i>Cross Sectional</i>	Hasil penelitian didapatkan $p = 0,36$ yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan, sedangkan uji hubungan antara asupan energi, karbohidrat, protein, lemak, vitamin C didapatkan nilai $p > 0,05$ artinya tidak ada hubungan yang signifikan pada remaja putri di SMK Mahfilud duror II Jelbuk	Variabel bebas, variabel terikat, tempat, jumlah sampel

3.	Chatarina Kristiani Nova Sari Sagala (2016)	Gambaran Status Gizi Remaja Putri Di SMA N 1 Bantul Yogyakarta	<i>Analitik Observasional</i>	<i>Cross Sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan status gizi pada remaja putri di SMA N 1 Bantul Yogyakarta menunjukkan sebagian besar mengalami anemia sebanyak 52%	Variabel bebas, variabel terikat, tempat, jumlah sampel
----	---	--	-------------------------------	------------------------	--	---
