

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk yang berkembang, tidak hanya berkembang secara kognitif dan emosional, tetapi juga secara biologis. Biologis yang dimaksud adalah perkembangan yang mengacu pada waktu dalam kehidupan setiap individu dengan ditandai sifat masing-masing individu. Menurut Santrock (2014) Perkembangan manusia dimulai dari periode prenatal, bayi (lahir-24 bulan), anak usia dini (3-5 tahun), masa kecil menengah dan akhir (6-10/11 tahun), masa remaja (10-21 tahun), dewasa awal (20an-30an tahun), dewasa pertengahan (40an-50an tahun) dan lansia (lebih dari 60 tahun).

Masa remaja adalah periode transisi dalam kehidupan manusia diantara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, dimana masa remaja adalah masa terjadinya perubahan fisik dan masalah kesehatan yang ada terjadi pada masa remaja (Santrock, 2013). Masa remaja juga merupakan masa kehidupan yang berkebutuhan terutama pada hak-hak kesehatan dan perkembangan secara khusus (*World Health Organization* [WHO], 2018).

Di dalam tubuh remaja yang sedang bertumbuh dan berkembang, terdapat komponen komponen yang dapat membantu berjalannya fisiologis tubuh. Semua sel dan organ tubuh memerlukan nutrisi dan oksigen, agar dapat berjalan sesuai dengan

fungsinya. Kebutuhan nutrisi dan oksigen ini disediakan oleh darah yang mengalir dalam pembuluh darah dan tersebar diseluruh tubuh manusia.

Menurut Hockenberry dan Wilson (2015) anemia adalah berkurangnya jumlah sel darah merah atau penurunan konsentrasi hemoglobin dari nilai normal. Anemia terjadi karena penurunan produksi sel darah merah, dapat terjadi karena berkurangnya kualitas dan kuantitas hemoglobin yang dipengaruhi dengan kekurangan nutrisi seperti zat besi, kobalamin atau B12 dan asam folat (Huether, 2017).

Menurut WHO (2015) bahwa terdapat lebih dari 30% atau 2 milyar manusia di dunia mengalami anemia. Indonesia sebagai salah satu negara berkembang, memiliki angka kejadian anemia yang cukup tinggi. Data dari Riskesdas (2013), kejadian anemia di Indonesia pada tahun 2013 sebesar 21,7 yang juga ditemukan anemia terjadi pada laki-laki sebesar 18,4% dan pada perempuan 23,9%. Pada usia 5-14 tahun ditemukan 26,4% angka kejadian anemia yang berarti masih tingginya tingkat angka kejadian anemia pada usia remaja.

Di Indonesia ditemukan terdapat sekitar 12% remaja laki-laki dan 23% remaja perempuan yang mengalami anemia. Disebabkan oleh karena kurangnya mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi, vitamin B12 dan asam folat (Kemenkes RI, 2018). Penyebab prevalensi anemia tertinggi dialami oleh wanita, disebabkan oleh remaja putri mengalami siklus menstruasi setiap bulan, ketidak adekuatan mengkonsumsi zat besi dan absorpsi zat besi yang rendah, perdarahan, penyakit malaria, dan infeksi cacing maupun infeksi lainnya (Heather A Eicher-Miller 2009).

Anemia akan memberikan dampak dengan jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek akan menurunkan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan dan perkembangan, menurunkan kemampuan fisik dan aktivitas kerja, dampak pada sistem saluran pencernaan, susunan saraf pusat, kardiovaskular dan imunitas. Dampak jangka panjang adalah apabila nantinya remaja putri hamil, maka akan beresiko melahirkan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR), prematur, perdarahan sebelum dan saat melahirkan, hingga beresiko abortus dan cacat bawaan (Manuaba , 2012).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan pada penderita anemia, khususnya anemia ringan dengan mengkonsumsi asupan zat besi. Upaya ini dilakukan untuk menggantikan sel darah merah yang lisis sebagai akibat dari menstruasi pada remaja putri yang merupakan salah satu tanda pubertas dalam pematangan secara seksual pada remaja putri (Arisman, 2010).

Menurut Briawan (2014) zat besi yang terdapat dalam tubuh hanya sedikit, yaitu 3-5 g dan mempunyai peran yang sangat besar dalam pembentukan hemoglobin serta membantu setiap proses metabolisme tubuh. Menetapkan kebutuhan zat besi dalam tubuh adalah dengan menggunakan metode keseimbangan zat besi. Apabila terdapat kelebihan zat besi dalam tubuh, zat besi akan disimpan dalam bentuk molekul feritin.

Menurut Williams dkk (2013), zat besi berfungsi untuk pembentukan senyawa esensial untuk mengedarkan oksigen bagi tubuh manusia. Masing-masing mikronutrien tersebut memiliki fungsi yang sangat penting bagi tubuh. Vitamin, mineral dan zat besi bisa kita dapatkan dari makanan yang di konsumsi sehari-hari. Kebutuhan zat besi dapat ditemukan di hampir seluruh makanan.

Meningkatnya kebutuhan zat besi pada tubuh, bila tidak diimbangi dengan asupan zat besi maka akan lebih rawan terhadap rendahnya hemoglobin. Menurut Arisman (2010), dalam setiap masa pertumbuhan selama masa remaja, kebutuhan zat besi yang meningkat. Kebutuhan zat besi yang diabsorpsi pada remaja laki – laki dan perempuan diperkirakan sekitar 1,4 mg/hari dan 1,15 mg/hari. Rata-rata asupan zat besi pada remaja laki-laki di usia 14 – 16 tahun sekitar 15 mg/hari, sedangkan perempuan sekitar 11 mg/hari. Maka, remaja perempuan lebih berisiko mengalami defisiensi zat besi. Asupan serapan zat besi yang tidak adekuat akan menyebabkan anemia gizi besi, seperti mengkonsumsi makanan yang memiliki kualitas besi yang tidak baik (tinggi serat, kurang vitamin C, rendah daging).

Dibuktikan pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Salman, dkk tahun 2016. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi zat besi dengan kejadian anemia ($p=0,04$)

Selain dari rendahnya mengkonsumsi zat besi, terdapat juga beberapa makanan yang harus dihindari untuk dikonsumsi atau tidak dapat dikonsumsi secara bersamaan dengan makanan mengandung tinggi zat besi. Zat dalam makanan yang dapat menjadi penghambat atau *inhibitor* penyerapan zat besi, yaitu zat tannin di dalam teh dan kopi termasuk penghambat penyerapan zat besi yang kuat (Sizer & Whitney, 2013).

Jaelani tahun 2017, dalam penelitiannya menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola konsumsi makanan inhibitor dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,037$).

Penyebab anemia lainnya dapat juga disebabkan karena kehilangan darah, kehilangan darah dapat terjadi secara tiba-tiba atau perdarahan akut seperti pecahnya

pembuluh darah dan trauma yang dapat menyebabkan syok hipovolemik karena adanya pengurangan volume darah dan kehilangan darah kronis seperti menstruasi, radang perut, hemoroid (Lewis, 2017).

Faktor yang umum mempengaruhi anemia pada remaja putri adalah pola menstruasi. Pola menstruasi adalah serangkaian proses yang melibatkan hormon estrogen, FSH dan LH yang diikuti dengan lamanya menstruasi serta *dismenore*. Menstruasi adalah periode pendarahan pada uterus setelah 14 hari setelah ovulasi. Rata-rata siklus menstruasi 28 hari tapi untuk variasi siklus menstruasi yang lain dianggap normal. Hari pertama keluar darah dikatakan hari pertama menstruasi. Rata-rata durasi aliran menstruasi biasanya 5 hari (3-6 hari). Rata-rata darah yang keluar saat menstruasi berkisar 50 ml (antara 20-80 ml) (Lowdermilk, 2016).

Hal tersebut juga didukung oleh hasil penelitian dari Hanifah dan Isnarti pada tahun 2018. Hubungan lama menstruasi dengan kejadian anemia didapatkan nilai signifikan (0,006).

Faktor-faktor yang menyebabkan anemia seperti menstruasi, konsumsi zat besi dan konsumsi *inhibitor*, pengetahuan juga berpengaruh pada anemia. Pengetahuan siswi yang minim akan kesehatan seperti anemia, dapat mempengaruhi status kesehatan tubuh. Menurut Notoadmojo (2012), masalah tingkat pengetahuan yang rendah dapat mempengaruhi status gizi individu. Pengetahuan, fasilitas dan dukungan dapat mengubah perilaku individu kepada arah lebih baik, khususnya respon individu terhadap perilaku kesehatan.

Terdapat 3 faktor untuk mempengaruhi perubahan perilaku masing-masing individu menurut (Notoadmoho, 2012), yaitu : faktor predisposisi seperti pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai dan sebagainya. Kemudian

faktor pendukung dari lingkungan fisik dan fasilitas atau sarana kesehatan dan terakhir faktor pendorong yang didapat bisa dari petugas kesehatan, tokoh masyarakat dan kelompok.

Berdasarkan hasil penelitian dari Kurniawati Ningsih dan Saiful Batubara tahun 2017, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri (0,011).

Pengetahuan yang rendah dan status gizi rendah juga banyak ditemukan dikalangan remaja yang disebabkan oleh banyak hal, salah satunya dikarenakan sering membatasi makanan dan makan makanan yang mengandung zat aditif seperti dalam iklan televisi. Jika kebiasaan makan pada masa remaja tidak baik maka akan berpengaruh pada kehidupan saat dewasa bahkan usia lanjut. Bahkan kekurangan zat besi yang dapat menyebabkan anemia dan kelelahan, khususnya pada wanita yang dikarenakan zat besi hilang bersama dengan darah haid. Kemudian makanan mengandung vitamin diperlukan dalam proses pelepasan energy dan karbohidrat (Arisman, 2010).

Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian dari Susilowati, dkk tahun 2018 yang mengatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri (0,0001).

Berdasarkan data dari buku catatan siswa dan siswi yang memasuki ruang UKS, ditemukan siswa dan siswi dengan masalah 5 L (Lesu, Lemah, Letih, Lelah dan Lalai) pada periode agustus 2018 – juni 2019. Terdapat 63 siswa dan siswi dari kelas 7, 8 dan 9. Sebagaimana diketahui bahwa 5L merupakan salah satu tanda dan gejala yang mudah dilihat pada penderita anemia.

Dari data tersebut, peneliti tertarik dan merasa perlu untuk melakukan penelitian terkait “Faktor - faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi”.

B. Perumusan Masalah

Kejadian anemia masih begitu banyak ditemukan, khususnya dikalangan remaja putri. Hal ini menjadi salah satu hal yang membuat peneliti melakukan penelitian anemia pada remaja putri. SMP Strada Bhakti Wiyata menjadi sekolah pilihan untuk dilakukan penelitian mengenai kejadian anemia. Berdasarkan data yang didapat dari buku catatan siswa dan siswi yang memasuki ruang UKS, peneliti menemukan data dari siswa dan siswi yang memasuki ruangan UKS dengan masalah 5 L (Lesu, Lemah, Letih, Lelah dan Lalai) pada periode agustus 2018 – juni 2019. Ditemukan 63 siswa dan siswi dari kelas 7, 8 dan 9. Sebagaimana diketahui bahwa 5L salah satu tanda dan gejala yang mudah dilihat pada penderita anemia.

Lalu peneliti melakukan beberapa wawancara terhadap siswa dan siswi di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi dengan menanyakan hal-hal mengenai anemia, seperti definisi anemia, tanda dan gejala anemia serta makanan mengandung zat besi. Namun, tidak banyak yang mengetahui mengenai anemia. Berdasarkan hasil wawancara kepada remaja putri kelas VIII di SMP Negeri 13 kota Bekasi, peneliti tertarik dan mendorong keinginan peneliti untuk mengetahui faktor-faktor apa sajakah yang berhubungan dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 13 kota Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui faktor - faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi.
- b. Diketahui hubungan kejadian menstruasi dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi.
- c. Diketahui hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi.
- d. Diketahui hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi.
- e. Diketahui hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi.
- f. Diketahui hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi.
- g. Diketahui hubungan asupan lauk hewani dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi.
- h. Diketahui hubungan asupan lauk nabati dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi.
- i. Diketahui hubungan asupan teh dan kopi dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada bhakti Wiyata kota Bekasi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi

Sebagai tambahan informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia dan sebagai bahan evaluasi bagi Instansi Pendidikan untuk lebih meningkatkan pencegahan kejadian anemia, serta memperhatikan status kesehatan setiap siswa dan khususnya kepada siswa remaja putri.

2. Bagi Institusi Pendidikan STIK Sint Carolus

Hasil penelitian dapat dijadikan pengembangan ilmu pengetahuan dan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia

3. Bagi peneliti

Memberikan tambahan pengetahuan kepada peneliti mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia, serta pengalaman kepada peneliti dalam melakukan penelitian dengan metode ilmiah.

E. Ruang Lingkup

Peneliti telah meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada siswi kelas VIII di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi. Sampel berjumlah 52 siswi kelas VIII yang masih aktif bersekolah di SMP Strada Bhakti Wiyata kota Bekasi, mampu berkomunikasi dengan baik, sehat secara jasmani maupun rohani, dan bersedia menjadi responden. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Juni 2019. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner, timbangan berat badan untuk mengukur berat badan siswi dan *microtoise* sebagai alat pengukuran tinggi badan

siswi, serta *hemocue* sebagai alat untuk mengukur kadar sel darah merah dalam tubuh siswi. Hasil penelitian dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat.