

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi yang paling umum di seluruh dunia, terutama disebabkan oleh defisiensi besi. Anemia sangat tinggi (berkisar antara 80-90%) pada anak-anak prasekolah, remaja, ibu hamil dan menyusui. Anemia menyebabkan darah tidak cukup mengikat dan mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Bila oksigen yang diperlukan tidak cukup, maka akan menyebabkan sulitnya berkonsentrasi, sehingga berdampak pada menurunnya prestasi pada siswa, daya tahan fisik rendah sehingga mudah lelah, aktivitas fisik menurun, mudah sakit karena daya tahan tubuh rendah (Suryani, Hafiani, dan Junita, 2015).

Menurut World Health Organization (WHO), yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada usia 12-24 Tahun. Anemia gizi pada remaja putri menjadi salah satu penyebab tingginya kematian pada saat melahirkan dan tingginya insiden bayi dengan berat badan yang rendah. Hal penting dalam mengontrol anemia pada ibu hamil adalah dengan memastikan remaja mampu memenuhi kebutuhan zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuhnya untuk proses sintesis pembentukan hemoglobin (Suryani, Hafiani, dan Junita, 2015).

Anemia gizi besi dapat menyebabkan cepat lelah, konsentrasi belajar menurun sehingga prestasi belajar menjadi rendah dan dapat menurunkan produktivitas belajar disekolah. Anemia gizi besi adalah keadaan dimana terjadi penurunan jumlah eritrosit yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin (Permata, Dardjito, dan Anandari, 2016).

Hemoglobin merupakan suatu protein tetramerik eritrosit yang mengikat molekul bukan protein, yaitu senyawa porfirin besi yang disebut heme. Hemoglobin mempunyai dua fungsi pengangkutan yang penting dalam tubuh manusia, yakni pengangkutan oksigen ke jaringan dan pengangkutan karbondioksida dan proton dari jaringan perifer ke organ respirasi. Nilai batas normal kadar Hb menurut World Health Organization 2001 yaitu untuk umur 5-11 tahun $\leq 11,5$ g/dL, umur 12-14 tahun $\leq 12,0$ g/dL sedangkan diatas 15 tahun untuk perempuan $> 12,0$ g/dL dan laki-laki $> 13,0$ g/dL (Gunadi, Mewo, dan Tiho, 2016).

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan, baik secara fisik, mental, dan aktivitas sehingga kebutuhan makanan yang mengandung zat-zat gizi menjadi lebih besar. Remaja yang menempuh pendidikan di bangku Sekolah cenderung memiliki aktivitas yang cukup padat sehari-hari, seperti di SMP Negeri 10 Denpasar.

Berdasarkan penelitian dari Handayani, Sugiarsih (2022) bahwa kejadian anemia pada remaja putri di SMP Budi Mulia Kabupaten Karawang tahun 2018 yaitu sebesar 38,8%. Determinan yang ditemukan persentasenya paling banyak yaitu: status gizi normal Pola makan baik, tidak mengonsumsi Fe, dan pengetahuan rendah. Kejadian anemia pada remaja putri banyak ditemukan pada responden yang memiliki pola makan kurang serta tidak mengonsumsi Fe.

Berdasarkan studi pendahuluan pada Kamis, 27 Januari 2022 yang dilakukan oleh penulis, remaja di SMP Negeri 10 Denpasar, didapatkan bahwa 10 remaja yang diwawancarai terdapat 7 orang yang memiliki kebiasaan yang kurang baik tentang kesehatan seperti, tidak meminum tablet tambah darah, tidak sarapan pagi, kebiasaan begadang, dan kurang memperhatikan pola makan yang sehat

sehingga membuat remaja kurang fokus dan produktif dalam mengikuti pelajaran di sekolah. Kebiasaan yang kurang baik tersebut dapat memicu remaja terkena anemia terutama pada remaja putri. Remaja putri banyak mengalami kekurangan zat-zat gizi dalam konsumsi makan sehari-hari nya.

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia gizi besi karena mempunyai kebutuhan zat besi yang tinggi untuk pertumbuhan dan peningkatan kehilangan akibat menstruasi. Remaja putri lebih berisiko terkena anemia dibandingkan remaja putra. Hal ini disebabkan karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan nya. Selain itu, remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk tubuh, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makanan dan banyak pantangan terhadap makanan. Bila asupan makanan kurang maka cadangan zat besi banyak yang dipecah untuk memenuhi kebutuhan. Keadaan seperti ini dapat mempercepat terjadinya anemia gizi besi dan kekurangan zat besi dianggap penyebab paling umum dari anemia (Permata, Dardjito, dan Anandari, 2016). Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian. Untuk mengetahui gambaran kadar hemoglobin pada remaja putri di SMP Negeri 10 Denpasar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka permasalahan yang ingin diteliti adalah “Bagaimana gambaran kadar hemoglobin pada remaja putri di SMP Negeri 10 Denpasar?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui gambaran kadar hemoglobin pada remaja putri di SMP Negeri 10 Denpasar.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik remaja putri di SMP Negeri 10 Denpasar berdasarkan usia dan konsumsi tablet tambah darah.
- b. Mengukur kadar hemoglobin pada remaja putri di SMP Negeri 10 Denpasar.
- c. Menggambarkan kadar hemoglobin berdasarkan karakteristik remaja putri di SMP Negeri 10 Denpasar, meliputi usia dan konsumsi tablet tambah darah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk pengembangan ilmu pengetahuan mengenai kadar hemoglobin dan serta penyakit anemia terutama pada remaja putri di lingkungan SMP Negeri 10 Denpasar.

2. Manfaat praktis

- a. Dapat memberikan informasi mengenai kadar hemoglobin pada remaja putri.
- b. Dapat memberikan informasi kepada para remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan baik secara fisik, jasmani, dan mental sebagai pengetahuan dini tentang penyakit anemia yang ditinjau dari pemeriksaan kadar hemoglobin darah di SMP Negeri 10 Denpasar