

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Permenkes No. 25 tahun 2014, remaja adalah kelompok usia 10-18 tahun. Prevalensi remaja di Indonesia menurut Survei Penduduk Antar Sensus 2015, usia 10-14 tahun sebanyak 23,4 juta orang dan usia 15-19 tahun sebanyak 21,1 juta. (Badan Pusat Statistik, 2015)

Sekitar 17,5% dari jumlah penduduk Indonesia adalah remaja. Masa remaja adalah masa yang panjang dalam periode kehidupan anak dan dewasa, yang berawal pada usia 9-10 tahun dan berakhir pada usia 18 tahun. Pada masa remaja banyak terjadi perubahan baik biologis, psikologis, maupun sosial. Masalah kesehatan dan gizi remaja masih cukup banyak seperti anoreksia, kehamilan, konsumsi alkohol, obesitas, gangguan reproduksi, dan anemia (Arisman, 2009).

Remaja putri adalah salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Anemia adalah keadaan menurunnya kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah di bawah nilai normal yang dipatok untuk perorangan. (Arisman, 2009). Anemia gizi besi sering terjadi pada golongan tertentu seperti ibu hamil, anak balita, wanita usia subur (WUS) dan remaja putri. Di Indonesia, prevalensi anemia masih cukup tinggi. Berdasarkan Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2001, prevalensi anemia remaja putri sekitar 26,5% sedangkan dari Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2004, menyatakan bahwa prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja putri 10-18 tahun 57,1% (Rochmadianto, T.A. 2014). Di SMAN 3 Denpasar tahun 2011 prevalensi anemia pada siswi adalah 64,1%

(Trisnawati, IGA. 2011). Dari data di atas masih banyak terjadinya kasus anemia pada remaja putri.

Beberapa faktor yang menyebabkan remaja putri mengalami anemia adalah karena pemahaman gizi yang keliru sehingga rendahnya konsumsi makanan yang mengandung zat gizi khususnya zat besi dan vitamin C. Asupan makanan yang tidak adekuat menyebabkan zat besi (Fe) yang tersedia tidak mencukupi untuk sintesis hemoglobin karena defisiensi zat besi dalam makanan. Untuk membantu penyerapan zat besi, remaja dianjurkan untuk mengkonsumsi vitamin C. Vitamin C dapat membantu penyerapan besi non heme dengan mereduksi besi ferri menjadi ferro dalam usus halus sehingga mudah diabsorpsi (Guntur, 2004).

Anemia masih menjadi masalah gizi yang banyak dijumpai di berbagai negara dan mempunyai konsekuensi negatif terhadap kesejahteraan, sosial, ekonomi masyarakat dan kesehatan. Gangguan fungsional anemia defisiensi zat besi berbeda-beda berdasarkan tahapan siklus kehidupan manusia, yaitu sejak kehamilan, bayi dan anak prasekolah, anak usia sekolah dan usia dewasa. Pada remaja putri anemia berdampak pada perkembangan motorik, mental, kecerdasan terhambat, menurunnya prestasi belajar, tingkat kebugaran menurun, dan menurunnya kesehatan reproduksi (Arisman, 2009).

Ketika seseorang mengalami anemia defisiensi besi sering ditandai dengan kejadian cepat lelah, letih, lesu, gelisah, atau terkadang sesak sehingga dapat mengganggu aktifitas. Saat seseorang menderita anemia maka sensitivitas tubuh terhadap nyeri akan meningkat. Hipersensitivitas pada jaringan ini dipengaruhi karena adanya peningkatan kadar prostaglandin dalam tubuh. Prostaglandin sendiri merupakan zat yang dihasilkan oleh jaringan yang sedang terluka, sehingga

peningkatan prostaglandin dapat dipengaruhi oleh adanya kerusakan jaringan yang disebabkan oleh anemia. Hal ini dapat mengakibatkan seseorang yang sedang menstruasi, dapat merasakan adanya nyeri yang berlebihan pada saat menstruasi atau disebut dismenorea (Prawirohardjo dalam Widyana, dkk., 2015).

Dismenorea adalah gangguan fisik yang berupa nyeri perut sebelum dan selama menstruasi yang terjadi tanpa tanda-tanda infeksi atau penyakit panggul. Dismenorea biasanya terjadi akibat pelepasan prostaglandin dari sel-sel endometrium. Prostaglandin merupakan hormon perangsang kontraksi otot polos miometrium dan kontriksi pembuluh darah uterus. Hal inilah yang menyebabkan hipoksia uterus yang biasa terjadi saat menstruasi semakin parah, sehingga timbul rasa nyeri yang berlebihan. (Prawirohardjo, 2009).

Menurut WHO tahun 2010 diketahui 90% wanita mengalami dismenorea , dimana 10-15% mengalami dismenorea berat. Angka kejadian dismenorea yang terjadi di beberapa negara cukup tinggi seperti yang terjadi di Amerika Serikat ditemukan 60 – 91% wanita di semua wilayah mengalami dismenorea . Studi prevalensi di Meksiko (2010) sebanyak 64% diantaranya mengalami dismenore (Cholifah dan Handikasari, A.A., 2015). Sebuah penelitian yang dilakukan di India (2008) ditemukan prevalensi dismenore sebesar 73,83% di mana dismenore berat sebesar 6,32%, dismenore sedang sebesar 30,37% dan dismenore ringan sebesar 63,29% (Utami, R., dkk, 2013).

Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Proverawati, 2009). Intensitas nyeri yang dirasakan setiap perempuan saat menstruasi berbeda-beda. Nyeri dismenorea dapat berupa nyeri ringan, sedang atau bahkan nyeri yang berat

sehingga penderita tidak dapat melakukan aktifitas fisik. Perbedaan rasa nyeri ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kadar prostaglandin, kelainan letak rahim, factor psikologis, penyakit menahun dan anemia. (Prawirohardjo, 2009).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Widyana dkk (2015) bahwa anemia merupakan faktor yang dapat mempengaruhi intensitas nyeri dismenorea . Penelitian yang dilakukan oleh Andriyani, R dan Safitri (2016) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan anemia ringan terhadap kejadian dismenorea . Hasil penelitian Linda dan Puspita (2014) di SMA Negeri Wonosari Klaten mendapatkan hasil bahwa remaja dengan kadar Hb rendah dapat mengakibatkan anemia dan anemia berpengaruh terhadap terjadinya dismenorea saat menstruasi.

Hasil penelitian awal yang dilakukan oleh peneliti pada siswi di SMA Negeri 1 Sukawati, dari 25 siswi yang diwawancarai yang mengalami dismenorea sebanyak 19 orang siswi atau sebesar 76%. Berdasarkan masalah tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat konsumsi Fe, Vitamin C, status anemia dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sukawati.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah ada hubungan tingkat konsumsi Fe, Vitamin C dan status anemia dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sukawati ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsumsi Fe, Vitamin C dan status anemia dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sukawati.

2. Tujuan khusus

- a. Menilai tingkat konsumsi Fe pada remaja putri
- b. Menilai tingkat konsumsi Vitamin C pada remaja putri
- c. Menentukan status anemia pada remaja putri
- d. Menentukan prevalensi dismenorea pada remaja putri
- e. Menganalisis hubungan antara tingkat konsumsi Fe dengan status anemia pada remaja putri
- f. Menganalisis hubungan antara tingkat konsumsi Vitamin C dengan status anemia pada remaja putri
- g. Menganalisis hubungan antara status anemia dengan kejadian dismenorea pada remaja putri

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap ilmu pengetahuan dan informasi berkaitan dengan tingkat konsumsi, anemia dan dismenorea. Selain itu, digunakan sebagai tambahan bahan pustaka dan menambah sumber bacaan untuk dapat memperkaya pengetahuan bagi pembaca. Serta dapat juga dijadikan sebagai data dasar untuk bahan penelitian lebih lanjut terutama yang berhubungan dengan penelitian ini.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan bagi penyelenggara program penanggulangan anemia dan gizi dalam menentukan kebijakan dan upaya promotif kepada masyarakat.