

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Tujuan utama pembangunan Nasional adalah peningkatan kualitas sumber daya manusia. Sumber daya manusia yang berkualitas dapat dibentuk melalui pendidikan yang baik serta peningkatan status gizi. Upaya dimulai dengan pemenuhan kebutuhan dasar manusia yaitu kebutuhan akan zat gizi dimulai dari masa kanak-kanak sampai dengan masa remaja. Dengan pemenuhan kebutuhan dasar anak dan remaja yang pada akhirnya dengan harapan dapat membentuk sumber daya manusia yang cerdas dan produktif (Depkes RI, 2006).

Salah satu indikator untuk melihat kualitas sumber daya manusia adalah prestasi belajar. Prestasi belajar adalah hasil yang dicapai siswa selama mengikuti pelajaran pada periode tertentu dalam suatu lembaga pendidikan, hasilnya dinyatakan dalam bentuk angka dan simbol lainnya. Prestasi belajar merupakan penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran dan ditunjukkan dengan nilai hasil tes belajar (Nurmasyita, 2007). Faktor kesehatan merupakan salah satu yang dapat mempengaruhi prestasi belajar diantaranya adalah anemia.

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia, tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju. Penderita anemia diperkirakan 2 milyar, dengan prevalensi terbanyak di wilayah ASIA dan AFRIKA (UN-SCN, 2004). Bahkan WHO menyebutkan bahwa anemia merupakan 10 masalah kesehatan terbesar di abad modern ini. Kelompok yang beresiko tinggi menderita

anemia adalah wanita usia subur (WUS), ibu hamil, anak usia sekolah dan remaja putri. Meskipun demikian kelompok pria juga tidak terlepas dari resiko menderita anemia (INACG, 2001).

Menurut data hasil Riskesdas Tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7%. Sebesar 26,4% penderita anemia berumur dari 5 – 14 tahun dan 18,4% penderita anemia berumur 15 – 24 tahun (Kemenkes RI, 2013). Wanita mempunyai resiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Kemenkes RI, 2013). Meskipun anemia telah dikenal sebagai masalah gizi masyarakat selama bertahun-tahun, kemajuan di dalam penurunan angka kejadian (prevalensi) masih dinilai sangat rendah (WHO, 2004). Bahkan di beberapa Negara ditemukan terjadi peningkatan prevalensi anemia pada wanita dewasa (Allen & Casterline-Sabel, 2001).

Menurut Arisman (2009), remaja putri merupakan salah satu kelompok yang berisiko menderita anemia. Remaja putri secara normal akan mengalami kehilangan darah melalui siklus menstruasi setiap bulan. Bersamaan dengan menstruasi akan dikeluarkan sejumlah zat besi yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin. Disisi lain remaja putri cenderung membatasi asupan makanan karena berbagai alasan, salah satunya karena obsesi ingin memiliki tubuh yang ideal. Keadaan seperti ini sebaiknya tidak terjadi, karena masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang membutuhkan zat-zat gizi yang lebih tinggi.

Anemia pada remaja putri dapat mengakibatkan menurunnya kebugaran, kemampuan belajar dan konsentrasi belajar (Dewi, Pujiastuti, & Fajar, 2013). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri (2016) yang menyatakan

bahwa anemia merupakan faktor yang memiliki hubungan yang paling kuat terhadap prestasi belajar.

Anemia pada remaja putri juga dapat mengakibatkan rendahnya kemampuan fisik untuk melakukan kegiatan sehari-hari. Kebugaran fisik adalah kesanggupan dan kemampuan seseorang untuk melakukan pekerjaan atau menunaikan tugasnya sehari-hari secara efektif dan efisien dalam jangka waktu relatif lama tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti (Kemenkes RI, 2013). Anemia yang ditandai dengan penurunan kadar Hb dapat menurunkan kadar oksigen di dalam tubuh. Sedangkan proses metabolisme di dalam tubuh sangat memerlukan adanya oksigen sebagai bahan bakar yang diperoleh dari proses respirasi. Berkurangnya oksigen yang ada di dalam jaringan tubuh menjadi penyebab terganggunya proses metabolisme. Sehingga cadangan energi dalam tubuh yang diperlukan untuk melakukan kegiatan fisik juga akan berkurang. Dengan berkurangnya energi maka kegiatan fisik akan mengalami gangguan, yang dimana gangguan kegiatan fisik inilah yang menjadi salah satu indikator berkurangnya tingkat kebugaran fisik seseorang (Rahayu & Kurdi, 2012).

Seseorang yang memiliki kebugaran fisik yang baik tidak akan mudah lelah, sehingga dapat mengerjakan tugas atau pekerjaan di sekolah lebih lama dan lebih baik. Semakin tinggi tingkat kebugaran fisik seseorang maka semakin baik pula kemampuan fisik, yang mana kemampuan fisik yang baik dapat meningkatkan prestasi belajar pada siswa (Kemenkes RI, 2013). Pernyataan ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Agustin (2017), pada siswa SMA yang menyatakan bahwa kebugaran fisik memiliki hubungan yang signifikan terhadap prestasi belajar siswa.

Peneliti memilih lokasi SMA Negeri 1 Ubud sebagai tempat penelitian dengan pertimbangan SMA Negeri 1 Ubud merupakan sekolah favorit yang berada di Kabupaten Gianyar. Sekolah ini telah menerapkan sistem *Full Day School* sejak awal tahun 2018. *Full Day School* diartikan sebagai sekolah yang menyelenggarakan pembelajaran sehari penuh dari pagi hingga sore hari. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Jatmiko (2012) tentang realitas kebugaran jasmani siswa dalam sekolah dasar tipe *full day school* di SDIT Salsabila 3 Banguntapan yang menyatakan bahwa, sebagian besar kebugaran fisik siswa di SDIT Salsabila 3 Banguntapan termasuk dalam kategori kurang. Pertimbangan lain yang mendorong peneliti untuk memilih SMA Negeri 1 Ubud sebagai tempat penelitian dikarenakan sekolah ini terletak di daerah pariwisata.

Berdasarkan uraian diatas membuat peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang perbedaan prestasi belajar berdasarkan status anemia dan kebugaran fisik pada remaja putri di SMA Negeri 1 Ubud.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada perbedaan prestasi belajar berdasarkan status anemia dan kebugaran fisik pada remaja putri di SMA Negeri 1 Ubud?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan prestasi belajar berdasarkan status anemia dan kebugaran fisik pada remaja putri di SMA Negeri 1 Ubud.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Menilai kebugaran fisik pada remaja putri di SMA Negeri 1 Ubud.
- b. Mengukur kadar hemoglobin remaja putri di SMA Negeri 1 Ubud.
- c. Menghitung prevalensi anemia remaja putri di SMA Negeri 1 Ubud.
- d. Menganalisis perbedaan prestasi belajar berdasarkan status anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Ubud.
- e. Menganalisis perbedaan prestasi belajar berdasarkan kebugaran fisik pada remaja putri di SMA Negeri 1 Ubud.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan bahan pustaka dan menambah sumber bacaan untuk dapat menambah pengetahuan bagi pembaca dan digunakan sebagai referensi dipergustakaan. Dapat juga dijadikan sebagai data dasar untuk bahan penelitian lebih lanjut terutama yang berhubungan dengan penelitian ini dan perbaikan untuk penelitian selanjutnya di bidang gizi kesehatan khususnya pada remaja yang terkait dengan kesehatan gizi remaja.

### **2. Manfaat praktis**

- a. Bagi subyek penelitian

Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan dapat membuka wawasan serta menambah pengetahuan remaja putri mengenai masalah gizi anemia yang sering menjadi keluhan dan penghambat aktivitas fisik sehari-hari yang dapat menjadi pemicu menurunnya tingkat prestasi belajar khususnya pada pelajar putri. Serta diharapkan

dapat meningkatkan wawasan remaja putri tentang pentingnya meningkatkan kebugaran fisik guna untuk menunjang aktivitas sehari-hari.

b. Bagi Masyarakat

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat membuka wawasan masyarakat mengenai dampak dari masalah anemia dan rendahnya tingkat kebugaran fisik yang dapat menjadi pemicu menurunnya tingkat produktivitas sehari-hari.

c. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk pelayanan kesehatan dalam melakukan upaya promotif dan sebagai acuan dalam mengambil keputusan untuk mencegah dan menanggulangi masalah anemia khususnya pada remaja putri. Serta dapat digunakan sebagai penunjang data kesehatan remaja putri di UKS.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman dari peneliti dan menjadi sarana penerapan ilmu yang telah didapatkan selama menempuh pendidikan dengan kenyataan yang terdapat di lapangan.