BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa perkembangan anak menjadi dewasa dari segi biologis, emosi, sosial dan kognitif (Riskesdas, 2010). Gizi seimbang pada masa ini akan sangat menentukan kematangan mereka di masa depan. Namun saat ini masih banyak ditemukan masalah gizi yang dialami oleh remaja yang disebabkan oleh keinginan untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal tanpa memikirkan tingkat konsumsi yang tepat dikonsumsi. Masalah gizi pada masa remaja yang banyak ditemui disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya kurangnya konsusmsi zat gizi yang seimbang sesuai dengan kebutuhan. Oleh sebab itu, apabila konsumsi makanan tidak seimbang maka akan terjadi defisiensi yang akhirnya dapat menghambat pertumbuhannya.

Masalah gizi pada remaja akan berdampak negatif pada tingkat kesehatan masyarakat, misalnya penurunan konsentrasi belajar edukasi disekolah tentang nutrisi juga berpera penting dalam peningkatan status gizi siswa (anemia) (Karina Rahmadia, 2019), risiko melahirkan bayi dengan BBLR dan penurunan kebugaran jasmani. Banyak penelitian telah dilakukan menunjukkan kelompok remaja menderita/mengalami banyak masalah gizi. Masalah gizi tersebut antara lain IMT kurang dari batas normal atau kurus dan Anemia (Ana dan Veria, 2015).

Anemia adalah kondisi ketika jumlah sel darah merah atau jumlah kadar hemoglobin (protein pembawa oksigen) dalam sel darah merah berada dibawah normal. Sel darah merah mengandung hemoglobin yang memungkinkan mereka mengangkut oksigen dari jantung yang diperoleh dari paru-paru, dan kemudian

mengantarkannya ke seluruh bagian tubuh mengalami penurunan untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis spesifik bervariasi pada manusia dan bergantung pada usia, jenis kelamin, kebiasaan merokok, dan tahap kehamilan (WHO, 2008). Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Kejadian anemia banyak ditemui pada remaja putri dan ibu hamil. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut (WHO), 2015 melaporkan bahwa lebih dari 30 % atau 2 miliar orang di dunia berstatus anemia, sedangkan prevalensi di Asia Tenggara adalah 25-40% remaja putri mengalami kejadian anemia tingkat ringan sampai berat. Hasil Riskesdas 2013 dinyatakan bahwa prevalensi anemia sebanyak 37,1 % dan mengalami peningkatan menjadi 48,9 % tahun 2013. Riskesdas 2013 menyatakan prevalensi anemia berdasarkan kelompok umur 15-24 tahun sebanyak 18,4 % dan kelompok umur 25-34 tahun sebanyak 16,9 %. Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 prevalensi anemia berdasarkan kelompok umur 15-24 tahun sebanyak 84,6 % dan kelompok umur 25 – 34 tahun sebanyak 33,7 %. Sedangkan menurut jenis kelamin laki-laki sebanyak 18,4% dan perempuan sebanyak 23,9%. Berdasarkan dari hasil penelitian Sriningrat, (2019) menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Denpasar sebesar 45,9%.

Terjadinya anemia disebabkan oleh beberapa faktor menurut Sunarko (2002), menyebutkan faktor dominan yang mempengaruhi timbulnya anemia yaitu dipengaruhi oleh sebab langsung yaitu intake makanan yang tidak cukup (sumber zat besi dan bioavailibilitasnya rendah, zat penghambat diet) dan penyakit (Cacingan, Malaria, dan Tuberkolosisi), sedangkan sebab tidak langsung

adalah rendahnya perhatian terhadap wanita dalam keluarga. Diberikannya edukasi tentang nutrisi serta pemberian tablet fe dapat menurunkan prevalensi terjadinya anemia (Riau Sriwidya,dkk 2019). Namun secara umum tingginya prevalensi anemia disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya rendahnya asupan vitamin A, C, folat, riboplafin dan B_{12} dan zat besi.

Zat besi adalah suatu zat dalam tubuh manusia yang erat dengan ketersediaan jumlah darah yang diperlukan. Dalam tubuh manusia zat besi memiliki fungsi yang penting yaitu untuk mengangkut oksigen dari paru – paru ke jaringan dan mengangkut electron di dalam proses pembentukan energy dalam sel Wikipedia, (2019).

Kekurangan zat besi didalam tubuh juga dapat mengakibatkan rendahnya kadar hemoglobin dalam darah, sehingga oksigen yang dibutuhkan oleh tubuh dan otak menjadi berkurang yang akan berakibat timbulnya perubahan metabolisme di dalam otak. Perubahan metabolisme di dalam otak dapat mempengaruhi perubahan jumlah dan fungsi sel di dalam otak, sehingga otak akan mengalami perubahan fungsi normal. Berubahnya fungsi normal otak akan berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan dan pencapaian prestasi belajar karena mengalami kesulitan berkonsentrasi serta menurunkan produktivitas pada usia remaja.

Berdasarkan pengambilan data awal terhadap 10 siswi SMK Pariwisata Werdhi Sila Kumara yang diambil secara acak dan diukur kadar Haemoglobinnya ternyata 6 sampel kadar Haemoglobinnya di bawah normal. Dari hasil recall konsumsi sehari terhadap 10 siswi ini, ternyata 4 sampel tingkat konsumsi zat besinya masih di bawah kecukupan yaitu <15 mg kecukupan AKG. Dari 4 sampel

yang tingkat konsumsi zat besinya dibawah kecukupan, ternyata semuanya kadar haemoglobinnya dibawah normal.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui tingkat konsumsi zat besi dan kadar haemoglobin pada Siswi SMK Pariwisata Werdhi Sila Kumara Singapadu Gianyar.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah dikemukakan, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : Bagaimanakah tingkat konsumsi zat besi dan kadar haemoglobin siswi SMK Pariwisata Werdhi Sila Kumara Singapadu Gianyar?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui tingkat konsumsi zat besi dan kadar haemoglobin siswi SMK Pariwisata Werdhi Sila Kumara Singapadu Gianyar.

2. Tujuan Khusus

a. Menghitung tingkat konsumsi zat besi siswi SMK Pariwisata Werdhi Sila Kumara Singapadu Gianyar.
b. Menilai kadar hemoglobin siswi SMK Pariwisata Werdhi Sila Kumara Singapadu Gianyar.
c. Menganalisis kecenderungan keterkaitan tingkat konsumsi zat besi dengan kadar hemoglobin siswi SMK Pariwisata Werdhi Sila Kumara Singapadu Gianyar.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini bermanfaat bagi pembaca untuk menambah pengetahuan dan pengalaman dalam pemantauan tingkat konsumsi zat besi dan kadar hemoglobin siswi SMK Pariwisata Werdhi Sila Kumara Singapadu Gianyar.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Bermanfaat dalam menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman melalui penelitian tentang tingkat konsumsi zat besi dan kadar hemoglobin siswi SMK Pariwisata Werdhi Sila Kumara Singapadu Gianyar.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi dalam melakukan proses pembelajaran tentang tingkat konsumsi zat besi terhadap kadar hemoglobin siswi SMK Pariwisata Werdhi Sila Kumara Singapadu Gianyar.