

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia remaja merupakan usia peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang berawal dari usia 9-10 tahun dan berakhir pada usia 18 tahun. Remaja sebagai golongan individu yang sedang mencari identitas diri biasanya memiliki sifat suka menirukan atau mengagumi terhadap sifat-sifat yang dimiliki seseorang yang diidolakan. Banyak perubahan yang terjadi dengan bertambahnya masa otot dan jaringan lemak dalam tubuh. Selain itu, terjadi perubahan hormonal, perubahan dari aspek sosiologis maupun psikologisnya. Perubahan ini berpengaruh terhadap kebutuhan gizi makanannya. Kondisi hormonal pada usia remaja menyebabkan aktivitas fisiknya semakin meningkat sehingga kebutuhan energi juga meningkat. Permasalahan yang berdampak negatif terhadap kesehatan dan gizi remaja terutama mengenai pola makan yang biasanya dalam pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi tetapi sekedar untuk bersosialisasi atau kesenangan (Baliwarti, 2004). Remaja putri lebih rawan terkena anemia dibandingkan anak-anak dan usia dewasa karena remaja berada pada masa pertumbuhan dimana membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk besi. Remaja putri mengalami peningkatan kebutuhan besi karena proses percepatan pertumbuhan (*growth spurt*) dan menstruasi (Lynch, 2000). Faktor lain adalah remaja putri biasanya sangat

memperhatikan bentuk tubuh, sehingga banyak membatasi konsumsi makanan dan melakukan pantangan terhadap makanan (Sediaoetama, 1992).

Anemia merupakan keadaan dimana masa eritrosit dan masa hemoglobin yang beredar tidak memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh (Handayani, 2008). Anemia, selain disebabkan oleh defisiensi zat besi dapat juga disebabkan oleh defisiensi berbagai zat gizi yang memberikan kontribusi terhadap metabolisme zat besi di dalam tubuh, seperti Vitamin A, Vitamin C, B12, asam folat, seng, dan protein (Patimah, 2007).

Penyebab utama anemia gizi pada remaja putri adalah karena kurangnya asupan zat gizi melalui makanan sementara kebutuhan zat besinya relatif tinggi untuk pertumbuhan dan menstruasi (Halberg, 2003). Menurut Krummer (2006), meningkatnya kebutuhan zat besi, bila diiringi dengan kurangnya asupan zat besi dapat mengakibatkan remaja putri rawan terhadap rendahnya kadar hemoglobin akibat defisiensi besi. Anemia defisiensi besi dapat menimbulkan dampak pada remaja putri antara lain cepat lelah, menurunnya daya tahan tubuh terhadap penyakit infeksi, menurunnya kebugaran tubuh, menurunnya konsentrasi dan prestasi belajar. Selain itu dapat juga menurunkan sistem kekebalan tubuh serta mengganggu pertumbuhan fisik (Krummer, 2006). Penyebab langsung terjadinya anemia antara lain, defisiensi asupan gizi dari makanan (zat besi, asam folat, protein, vitamin C, riboflavin, vitamin A, seng dan vitamin B12), konsumsi zat-zat penghambat penyerapan besi, penyakit infeksi, malabsorpsi, perdarahan dan peningkatan kebutuhan (Ramakrishnan, 2001).

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang sangat cepat, kekurangan zat besi pada masa ini akan mengakibatkan tidak tercapainya status gizi yang optimal sehingga dapat mempengaruhi IMT (Depkes RI, 1998). Sugiyono (2003) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kadar Hb dengan status gizi berdasarkan IMT ($r = 0,851$) tingkat hubungan ini dalam kategori sangat kuat dan positif.

Remaja yang menderita anemia atau kekurangan darah tidak akan memiliki semangat belajar yang tinggi karena sulit untuk berkonsentrasi. Kadar Hb yang rendah akan menurunkan kemampuan belajar dan daya tahan tubuh. Anemia secara tidak langsung berpengaruh terhadap nilai pelajaran dan prestasi siswa (Reniaty, 2008). Prestasi belajar bagi siswa sangat penting, sebab prestasi belajar akan menentukan kemampuan siswa dan menentukan naik tidaknya siswa ke tingkat kelas yang lebih tinggi. Hasil analisis korelasi dengan menggunakan teknik korelasi Spearman Rank menunjukkan bahwa ada hubungan antara kadar hemoglobin dengan prestasi belajar siswi SMP Negeri 25 Semarang. Siswi yang kadar hemoglobinnya tinggi (dalam batas normal), prestasi belajarnya lebih tinggi dari siswi yang kadar hemoglobinnya lebih rendah. Semakin tinggi kadar hemoglobin (dalam batas normal) maka prestasi belajar siswi pun semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah kadar hemoglobin darah siswi maka prestasi belajar siswi pun semakin rendah (Wijayanti, 2005).

Hasil penelitian Yatni (2006), rata-rata kadar hemoglobin untuk anak SMA di Kabupaten Sukoharjo memiliki angka sebesar 11,30 gr/dl, sedangkan untuk SMA desa di Sukoharjo sebesar 11,11 gr/dl. Jumlah remaja putri Sekolah

Menengah Atas (SMA) kota di Kabupaten Sukoharjo yang menderita anemia adalah sekitar 62,22% dan untuk SMA desa 79,06%. Dari hasil penelitian awal yang dilakukan oleh Yufi (2009), pada beberapa remaja di SMA Negeri 2 Sukoharjo ternyata masih ada remaja yang memiliki status gizi kurang, yaitu 21,95 % dan status gizi lebih yaitu 19,15 %. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Djariyanto (2008) di SMA 2 Negeri Sukoharjo, diperoleh hasil dari 44 sampel yang diteliti bahwa responden yang mempunyai kadar Hb kurang dari rata-rata sebanyak 26 orang (59,1%) dan yang lebih dari rata-rata atau sama dengan rata-rata sebanyak 18 orang (40,9%).

Berdasarkan latar belakang tersebut, akan dilakukan penelitian mengenai hubungan antara kejadian anemia dengan indeks massa tubuh dan prestasi belajar pada siswi kelas XI di SMA Negeri 2 Sukoharjo.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut, yaitu: apakah ada hubungan antara kejadian anemia dengan IMT dan prestasi belajar pada siswi kelas XI di SMA Negeri 2 Sukoharjo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kejadian anemia dengan IMT dan prestasi belajar pada siswi kelas XI SMA Negeri 2 Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan kejadian anemia.
- b. Mendiskripsikan status gizi berdasarkan IMT.
- c. Mendiskripsikan prestasi belajar siswi.
- d. Menganalisis hubungan antara kejadian anemia dengan IMT pada siswi.
- e. Menganalisis hubungan antara kejadian anemia dengan prestasi belajar pada siswi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Memberikan informasi pada pihak sekolah tentang hubungan antara kejadian anemia dengan IMT dan prestasi belajar pada siswi kelas XI SMA N 2 Sukoharjo, agar lebih meningkatkan kegiatan kesiswaan di bidang kesehatan misalnya mengadakan penyuluhan gizi atau memasukkan materi gizi di pelajaran olahraga.

2. Bagi Siswa

Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan informasi kepada siswa akan pentingnya hubungan kejadian anemia yang dikaitkan dengan IMT dan prestasi belajar siswa, agar siswa lebih menjaga kesehatan termasuk pola makan dan meningkatkan prestasi akademik.

3. Bagi Penelitian Lanjutan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan atau referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai kejadian anemia dengan IMT dan prestasi belajar pada siswa SMA.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup pada penelitian ini dibatasi pada pembahasan mengenai kejadian anemia, IMT dan prestasi belajar siswi kelas XI SMA Negeri 2 Sukoharjo.