

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi merupakan salah satu komponen yang sangat penting dalam pembangunan, yang dapat memberikan kontribusi dalam mewujudkan sumberdaya manusia yang berkualitas sehingga mampu berperan secara optimal dalam pembangunan (Farida dan Baliwati, 2004). Di Indonesia terdapat empat masalah gizi yang utama yaitu Kurang Kalori Protein (KKP), Kurang Vitamin A (KVA), gondok endemik dan kretin serta anemia gizi (Bapelkes Salaman, 2000).

Anemia merupakan salah satu masalah gizi mikro yang cukup serius dengan prevalensi tertinggi dialami negara berkembang termasuk Indonesia. Remaja putri lebih rentan menderita anemia karena kebutuhan akan zat besi relative tinggi, termasuk untuk menggantikan kehilangan basal, kebutuhan yang meningkat untuk pertumbuhan fisik, dan mengganti kehilangan zat besi saat menstruasi. Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, prevalensi anemia wanita usia subur tahun 2008 sebesar 48,5 % dan pada tahun 2009 sebesar 33,84 % (Dinkes Sukoharjo, 2009). Prevalensi anemia wanita usia subur untuk daerah Mojolaban pada tahun 2010 adalah sebesar 48 % (Dinkes Sukoharjo, 2011).

Anemia terjadi karena kurangnya hemoglobin yang berarti juga minimnya oksigen keseluruh tubuh. Apabila oksigen berkurang tubuh akan menjadi lemah, lesu, dan tidak bergairah (Gropper, Smith, and Groff, 2009). 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).

Penyebab utama anemia gizi pada remaja putri adalah karena kurangnya asupan zat gizi melalui makanan sementara kebutuhan zat besinya relative tinggi untuk pertumbuhan dan menstruasi (Halberg, 2003). Menurut Krummer (2006), pada remaja putri dengan pola haid yang lebih banyak dan waktunya lebih panjang. Meningkatnya kebutuhan zat besi, bila diiringi dengan kurangnya asupan zat besi dapat berakibat remaja putri rawan terhadap rendahnya kadar hemoglobin akibat defisiensi besi. Penyebab lain kurangnya asupan zat besi adalah karena pola konsumsi masyarakat Indonesia yang masih didominasi sayuran sebagai sumber zat besi (non heme iron). Sedangkan daging dan protein hewani lain (ayam dan ikan) yang diketahui sebagai sumber zat besi yang baik (heme iron), jarang dikonsumsi terutama oleh masyarakat di pedesaan sehingga hal ini menyebabkan rendahnya penggunaan dan penyerapan zat besi (Sediaoetomo, 2002).

Menurut Badan Litbang Kesehatan (2001), berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada remaja putri menunjukkan bahwa kelompok remaja putri mengalami banyak masalah gizi antara lain anemia dan indeks massa tubuh (IMT) kurang dari batas normal atau kurus. Prevalensi anemia berkisar antara 40-88%, sedangkan prevalensi remaja putri dengan IMT kurus berkisar antara 30-40%. Status gizi didapat orang dari nutrien yang diberikan kepadanya. Masalah status gizi pada remaja di Indonesia meliputi kurang zat

gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dan kurang zat gizi mikro (vitamin, mineral). Kurang zat gizi makro dan mikro menyebabkan tubuh menjadi kurus, berat badan turun, anemia dan mudah sakit. Status gizi merupakan gambaran secara makro akan zat gizi tubuh kita, termasuk salah satunya adalah zat besi. Dimana bila status gizi tidak normal dikhawatirkan status zat besi dalam tubuh juga tidak baik. Sehingga dapat dikatakan bahwa status gizi merupakan salah satu faktor risiko terjadinya anemia (Allen L, Prentice A. 2005).

Berdasarkan hasil penelitian Dinas Kesehatan sukoharjo tahun 2011 yang dilakukan di SMA Negeri 1 Mojolaban, menunjukkan bahwa dari 100 siswi yang diperiksa kadar hemoglobinnya, ada 35 % siswi yang memiliki kadar hemoglobin dibawah angka normal. Dari Hasil penelitian tersebut maka peneliti ingin mengetahui hubungan status gizi dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 1 Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut, yaitu: apakah ada hubungan antara status gizi dengan kadar Hemoglobin siswi di SMA Negeri 1 Mojolaban Kabupaten Sukoharjo?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara status gizi dan pola makan dengan kadar hemoglobin pada siswi di SMA Negeri 1 Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan karakteristik siswi meliputi umur dan pola makan.
- b. Mendiskripsikan kadar hemoglobin siswi.
- c. Mendiskripsikan status gizi siswi.
- d. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan kadar hemoglobin siswi.

D. Manfaat

1. Bagi Sekolah

Memberikan informasi pihak sekolah tentang kejadian anemia dan status gizi siswi sebagai bahan informasi tentang pencegahan anemia pada siwi

2. Bagi Siswa

Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan informasi kepada siswa akan pentingnya memperhatikan status gizi dan faktor-faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup pada penelitian ini dibatasi pada pembahasan mengenai status gizi dan kadar hemoglobin siswi di SMA Negeri 1 Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.