

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Usia remaja merupakan usia peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada usia remaja banyak perubahan yang terjadi, yaitu perubahan fisik karena bertambahnya massa otot, bertambahnya jaringan lemak dalam tubuh, juga terjadi perubahan hormonal. Perubahan-perubahan itu mempengaruhi kebutuhan gizi dan makanan yang dikonsumsi (Moehji, 2009). Masa remaja dimulai kira-kira usia 10-13 tahun dan berakhir 18-22 tahun (Santrock, 2005).

Masa remaja sering disebut dengan masa pubertas (Depkes, 2010). Menurut Santrock (2005) pubertas adalah perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal, terutama terjadi selama masa remaja awal. Pada remaja putri yaitu terjadinya *menarche* (menstruasi) yang pertama. Adanya perkembangan untuk mencapai kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik oleh remaja, maka banyak persoalan yang dihadapi pada remaja tersebut dan berkaitan dengan masalah gizi. Masalah-masalah gizi dan kesehatan yang dihadapi remaja saling berkaitan satu sama lain. Adapun masalah-masalah gizi yang biasa dialami pada fase remaja adalah status gizi dan anemia (Depkes, 2010). Penelitian Farida (2006) di Gebog Kabupaten Kudus pada remaja putri menunjukkan prevalensi anemia sebesar 36,8%. Prevalensi anemia remaja di Surakarta berdasarkan penelitian Ekawati (2012) di SMK Muhammadiyah 4 sebesar 54,5%.

Prestasi menjadi hal yang sangat penting bagi remaja. Adanya perubahan kognitif pada remaja memicu remaja untuk memiliki keinginan berprestasi yang sangat tinggi dan menghabiskan banyak waktu dalam berusaha agar mencapai hasil yang diinginkan, salah satunya prestasi dalam hal belajar (Santrock, 2005). Kesehatan remaja berpengaruh terhadap proses belajar remaja. Jika remaja kurang darah, maka akan mudah pusing, merasa lelah, mengantuk, sehingga mengganggu konsentrasi belajar (Slameto, 2002). Soetjningsih (2010) menambahkan kecukupan gizi yang dapat mencapai tingkat yang lebih baik maka secara fisik anakpun akan menggunakan kapasitas otaknya secara maksimal

Remaja putri merupakan salah satu golongan yang rawan menderita anemia gizi besi karena mengalami menstruasi atau haid berkala yang mengeluarkan zat besi setiap bulan (Sayogo, 2006). Wirakusumah (1999) menjelaskan bahwa dengan adanya menstruasi tersebut, maka dibutuhkan lebih banyak zat besi untuk pembentukan hemoglobin, karena zat besi yang hilang dari tubuh saat menstruasi juga banyak. Oleh karena itu, apabila kebutuhan zat besi yang tinggi tidak dapat dipenuhi dan asupannya rendah, maka kemungkinan terjadinya anemia gizi besi cukup besar.

Anemia gizi khususnya usia remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat di Indonesia (prevalensi >15%) (Nadimin, 2011). Berdasarkan hasil Riskesdas 2007 anemia pada remaja putri mencapai 27,9% Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin lebih rendah dari kadar normal. Pada pria hemoglobin normal adalah 14-18 gr/dl, sedangkan pada wanita 12-16 gr/dl (Depkes, 2010). Gejala yang paling mudah diamati dari anemia adalah cepat lelah, kurang bergairah, selera makan berkurang,

kepala pusing, letih, lemas, sesak napas, mudah kesemutan, merasa mual, dan jantung berdebar-debar. Keadaan tersebut dapat mengganggu kemampuan untuk berkonsentrasi dengan baik sehingga akan menurunkan prestasi belajar remaja (Astawan dan Leomitro, 2008). Kekurangan zat besi ada hubungannya dengan fungsi otak. Beberapa bagian dari otak mempunyai kadar zat besi tinggi yang diperoleh dari transpor besi yang dipengaruhi oleh reseptor transferin. Kadar zat besi otak yang jumlahnya kurang pada masa pertumbuhan tidak dapat diganti setelah menginjak dewasa. Kekurangan zat besi berpengaruh negatif terhadap fungsi otak, terutama terhadap fungsi sistem neurotransmitter (pengantar saraf), akibatnya kepekaan reseptor saraf dopamine berkurang yang dapat berakhir dengan hilangnya reseptor tersebut. Keadaan tersebut menyebabkan daya konsentrasi, daya ingat, dan kemampuan belajar terganggu (Almatsier, 2002).

Hemoglobin merupakan senyawa pembawa oksigen pada sel darah merah. Kandungan hemoglobin yang rendah dapat mengindikasikan anemia (Supriasa dkk, 2012). Peran penting hemoglobin di dalam darah yaitu pada proses penyediaan oksigen ke seluruh sel dan jaringan tubuh (Astawan, 2008). Berkurangnya jumlah hemoglobin dalam darah pada remaja dapat berdampak pada menurunnya produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis di sekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi (Depkes, 2010). Berdasarkan penelitian Wijayanti (2005) yang dilakukan di SMP Negeri 25 Semarang menunjukkan adanya hubungan antara kadar hemoglobin dengan prestasi belajar. Penelitian selaras juga dilakukan oleh Saadah dan Santoso (2010) yang menunjukkan ada hubungan antara kadar

hemoglobin dengan prestasi belajar siswa kelas VII SMP Negeri 2 Magetan. Puspaningtyas (2010) melaporkan bahwa ada hubungan antara status anemia dengan prestasi belajar siswa SD di Kecamatan Imogiri Kabupaten Bantul.

Permasalahan gizi pada remaja selain anemia juga ada status gizi kurang. Remaja dengan status gizi kurang akan mempengaruhi keberhasilan akademik, misalnya kurang perhatian di dalam kelas, daya ingat rendah dan tidak ada motivasi (Khomsan, 2004). Moehji (2002) mengemukakan bahwa status gizi seseorang juga berpengaruh terhadap prestasi dan produktivitas. Kecukupan makanan diperlukan untuk memperoleh produktivitas kerja yang maksimal. Penelitian Cristien (2007) yang dilakukan di SD Arjowinangun 1 Pacitan menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar.

Di SMA MTA setiap 3 bulan sekali diadakan donor darah dari kerja sama pihak Palang Merah Remaja SMA MTA dengan PMI Kota Surakarta. Setiap siswa dibebaskan untuk berpartisipasi. Hasil survei kadar hemoglobin (Hb) dari 129 siswa diketahui 34,88% siswa dengan kadar Hb < 12 g/dl, sehingga tidak diterima untuk donor darah. Laporan rata-rata nilai rapor siswa yang didapat dari hasil belajar semester genap 44.2 % mempunyai prestasi belajar baik dan 55.8% mempunyai prestasi belajar tidak baik.

Berdasarkan beberapa alasan tersebut, maka akan dilakukan penelitian di sekolah tersebut mengenai hubungan antara kadar hemoglobin dan status gizi dengan prestasi belajar remaja di Asrama Putri MTA Surakarta

## **B. Perumusan Masalah**

Perumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Apakah ada hubungan antara kadar Hb dengan prestasi belajar remaja yang tinggal di Asrama Putri MTA Surakarta
2. Apakah ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar remaja yang tinggal di Asrama Putri MTA Surakarta.

## **C. Tujuan**

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kadar Hb dan status gizi dengan prestasi belajar remaja di Asrama Putri MTA Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan kadar Hb, status gizi dan prestasi belajar remaja di Asrama Putri MTA Surakarta
- b. Menganalisis hubungan kadar Hb dengan prestasi belajar remaja di Asrama Putri MTA Surakarta.
- c. Menganalisis hubungan status gizi dengan prestasi belajar remaja di Asrama Putri MTA Surakarta.

## **D. Manfaat**

1. Bagi Pengelola Asrama Putri MTA

Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi kepada pihak pengelola asrama putri agar lebih memperhatikan gizi siswa untuk membantu proses belajar siswa.

## 2. Bagi Siswa

Menambah informasi siswa tentang hubungan kadar hemoglobin dan status gizi dengan prestasi belajar pada remaja.

## **E. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup materi pada penelitian ini dibatasi pada pembahasan mengenai hubungan pengetahuan gizi, kadar Hb dan status gizi dengan prestasi belajar remaja di Asrama Putri MTA Surakarta.