

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke dewasa. Pada masa ini akan terjadi perubahan fisik, biologis, dan psikologis. Pada masa ini, remaja rentan terhadap masalah gizi terutama untuk remaja putri. Pada umumnya, pola makan yang kurang tepat menjadi penyebab dari masalah gizi yang terjadi pada remaja. Beberapa masalah gizi yang sering dialami pada masa remaja adalah gangguan makan, obesitas, KEK, makan tidak teratur dan anemia (Susetyowati, 2016).

Anemia adalah keadaan seseorang yang memiliki kadar hemoglobin di bawah normal yaitu pada wanita kurang dari 12 g/dl (Lee, 2013). Secara keseluruhan prevalensi anemia pada wanita di negara berkembang mencapai 45% sedangkan di negara maju mencapai 13% (Departemen gizi dan Kesmas, 2014).

World Health Organization (WHO) menyebutkan 30% penduduk di dunia mengalami anemia dan banyak diderita oleh Ibu hamil dan remaja putri. Cakupan anemia di kalangan remaja masih cukup tinggi yaitu sebesar 29% (WHO, 2015). Prevalensi anemia di Indonesia secara nasional mencapai 21,7%, dengan penderita anemia pada usia 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita pada usia 15-24 tahun. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa proporsi anemia pada perempuan lebih tinggi (22,7%)

dibandingkan pada laki-laki (12,4%). Anemia menjadi masalah kesehatan karena prevalensinya >20% (Riskesdas, 2013).

Pada tahun 2015, Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo melaksanakan pemeriksaan anemia pada 1200 remaja putri (siswi) di 12 puskesmas yang ada di Kabupaten Sukoharjo. Hasil pemeriksaan tersebut diketahui bahwa 337 remaja putri (28,08%) menderita anemia. Angka anemia tertinggi berada di wilayah kerja Puskesmas Nguter sebanyak 51%, Puskesmas Weru 48% dan wilayah Puskesmas Bendosari sebanyak 40% dari 100 siswi SMK N 1 Sukoharjo yang diperiksa (Dinkes Sukoharjo, 2015).

Remaja putri menjadi golongan yang rawan mengalami anemia karena mereka mudah dipengaruhi oleh lingkungan pergaulan, termasuk dalam pemilihan makanan. Persepsi remaja putri yang salah mengenai bentuk tubuh sehingga membatasi asupan makan, konsumsi makanan sumber protein hewani yang kurang, serta mereka kehilangan zat besi lebih banyak akibat menstruasi di setiap bulannya. Selain itu, strategi penanggulangan anemia pada ibu hamil juga akan lebih efektif jika dilakukan sejak masa remaja (Irianto, 2014).

Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan menurunnya konsentrasi belajar, kurang bersemangat dalam beraktivitas, menurunnya daya ingat serta menurunnya kemampuan belajar di sekolah (Gibney, 2009). Anemia gizi besi pada remaja menjadi berbahaya jika tidak ditangani dengan baik, terutama untuk persiapan hamil dan melahirkan pada saat mereka dewasa. Remaja putri dengan anemia berisiko melahirkan bayi BBLR, infeksi neonates, melahirkan bayi premature, hingga kematian pada ibu dan bayi saat proses persalinan.

Anemia pada remaja putri yang sedang hamil juga dapat meningkatkan resiko hipertensi dan penyakit jantung pada bayi yang dilahirkan (Susetyawati, 2016).

Telah dilakukan beberapa strategi untuk mencegah dan menanggulangi kejadian anemia melalui beberapa pendekatan seperti fortifikasi zat besi pada bahan pangan dan edukasi gizi untuk meningkatkan jumlah asupan serta bioavailabilitas zat besi. Meskipun strategi tersebut telah dilakukan, pengalaman dari Amerika Serikat dan negara lainnya menunjukkan bahwa pendekatan berbasis *food-base* saja tidak cukup untuk mencukupi kebutuhan zat besi pada wanita. Oleh karena itu, salah satu program penanggulangan anemia yang dilakukan pemerintah adalah dengan penyediaan suplementasi zat besi atau pemberian tablet tambah darah bagi ibu hamil dan juga remaja putri (Pou, 2015).

Listiana (2016) dalam penelitiannya menyatakan bahwa ada banyak faktor yang menyebabkan anemia. Asupan makanan sumber zat besi yang tidak adekuat menjadi pemicu terjadinya anemia gizi besi pada wanita, perdarahan patologis akibat malaria atau infeksi parasit seperti cacingan, kebiasaan mengkonsumsi makanan yang menghambat penyerapan zat besi, pendidikan ibu, tingkat sosial ekonomi keluarga, pengetahuan yang kurang tentang pencegahan anemia serta sikap yang tidak mendukung terhadap pencegahan anemia.

Menurut teori Lawrence Green, pengetahuan dan sikap merupakan faktor *predisposisi* atau faktor yang mempermudah terbentuknya perilaku. Perubahan perilaku akan terbentuk secara bertahap, diawali dengan perubahan

pengetahuan, kemudian perubahan sikap. Setelah semua stimulus tersebut disadari maka munculah perubahan tindakan/praktik (Notoadmodjo, 2003). Sikap remaja putri terhadap pencegahan anemia merupakan respon remaja putri terhadap pernyataan mengenai anemia yang terdiri dari gejala, tanda penyebab, dampak serta upaya dalam pencegahannya (Listiana, 2016).

Pengetahuan dan sikap seseorang mengenai pencegahan anemia akan mempermudah terbentuknya perilaku seseorang dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Pengetahuan dan semua peristiwa yang terjadi pada seseorang akan mendapatkan sebuah pengalaman dan pada akhirnya akan membentuk keyakinan, kesadaran serta sikap atau kecenderungan dalam berperilaku mengkonsumsi tablet tambah darah sehingga dapat berpengaruh terhadap kadar hemoglobin. Perilaku mengkonsumsi tablet tambah darah merupakan tindakan seseorang dalam mengkonsumsi tablet tambah darah sebagai upaya dalam melakukan pencegahan anemia guna untuk meningkatkan kadar hemoglobin darah. Pembentukan perilaku mengkonsumsi tablet tambah darah yang didasari dari pengetahuan dan sikap dapat berlangsung relative lama. (Maulana, 2009).

Hasil penelitian Yusof (2012) yang dilakukan pada remaja putri di sekolah menengah di Malaysia menyebutkan pendidikan gizi akan meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap kadar Hb. Francis (2015) berpendapat bahwa pengetahuan yang memadai dapat menyebabkan praktik pencegahan anemia kekurangan zat besi yang lebih baik. Jika remaja putri telah memiliki pengetahuan yang baik tentang pencegahan anemia

defisiensi besi maka pengetahuan ini akan membawa remaja putri untuk berpikir dan bersikap mendukung terhadap upaya pencegahan anemia kemudian pada akhirnya setelah objek diketahui dan disadari sepenuhnya, akan timbul respon berupa perilaku atau tindakan dalam upaya pencegahan agar tidak terkena anemia (Notoadmojo, 2010; Maulana, 2009).

Caturyaningtyas (2015) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara sikap dengan kejadian anemia pada remaja putri. Terdapat hubungan antara perilaku dengan kejadian anemia pada remaja putri. Sebanyak 42,2% memiliki perilaku yang kurang baik yaitu siswi lebih banyak mengonsumsi sayuran dan tidak pernah mengonsumsi tablet tambah darah. Responden sebanyak 62,8% memiliki sikap yang kurang baik. Hal ini disebabkan karena kesadaran siswi untuk melakukan pencegahan anemia yang masih kurang.

Lestari (2015) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa kesadaran remaja dalam upaya pencegahan anemia melalui konsumsi tablet tambah darah masih rendah terbukti dengan survei anemia yang dilakukan di SMAN 2 Banguntapan Bantul menunjukkan bahwa hanya 12,5%% siswi yang mengonsumsi tablet tambah darah.

Listiana (2016) menjelaskan bahwa remaja putri yang bersikap tidak mendukung terhadap pencegahan anemia mempunyai risiko 2,544 kali untuk terkena anemia. Premalatha (2012) menyebutkan bahwa 80,75% responden tidak menyadari penyebab dan pencegahan anemia. Dalam penelitian

Nursyahidah (2014) 46,6% remaja putri memiliki sikap negatif terhadap anemia defisiensi besi.

Hasil survey pendahuluan di SMK N 1 Sukoharjo diketahui bahwa sebanyak 44% siswi memiliki sikap yang tidak mendukung terhadap pencegahan anemia dan 68% berperilaku kurang baik, mereka sering mengonsumsi teh atau kopi setelah makan, jarang mengonsumsi makanan sumber vitamin c, pola makan yang tidak rutin dan tidak pernah mengonsumsi tablet tambah darah. Sikap dan perilaku yang demikian dapat menyebabkan kadar hemoglobin menjadi rendah.

Berdasarkan dari permasalahan diatas, maka perlu dilakukan penelitian hubungan sikap pencegahan anemia dan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah dengan kadar Hb pada remaja putri SMK N 1 Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

“Apakah ada hubungan antara sikap pencegahan anemia dan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah dengan kadar Hb pada remaja putri di SMK N 1 Sukoharjo?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara sikap pencegahan anemia dan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah dengan kadar Hb pada remaja putri di SMK N 1 Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan sikap pencegahan anemia terhadap kadar Hb pada remaja putri di SMK N 1 Sukoharjo.
- b. Mendeskripsikan perilaku mengkonsumsi tablet tambah darah terhadap kadar Hb pada remaja putri di SMK N 1 Sukoharjo.
- c. Mendeskripsikan kadar Hb pada remaja putri di SMK N 1 Sukoharjo.
- d. Menganalisis hubungan antara sikap pencegahan anemia dengan kadar Hb pada remaja putri di SMK N 1 Sukoharjo.
- e. Menganalisis hubungan antara perilaku mengkonsumsi tablet tambah darah dengan kadar Hb pada remaja putri di SMK N 1 Sukoharjo.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan siswi dapat menerapkan sikap dan perilaku yang baik agar dapat meningkatkan kadar Hb sehingga terhindar dari anemia serta dapat memberikan informasi kepada siswi SMK N 1 Sukoharjo jumlah kadar Hb dalam darah mereka.

2. Bagi pihak sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan dan sebagai bahan masukan dalam memberikan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan bagi remaja putri, khususnya pencegahan anemia pada remaja putri.