

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan tahapan seseorang di mana ia berada di antara fase anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis dan emosi (Efendi & Makhfudli, 2009). Remaja dipandang sebagai kelompok yang positif dan produktif karena memiliki dan menyimpan berbagai kekuatan, potensi yang hebat, vitalitas dan energi yang luar biasa, semangat yang dapat dikembangkan ke hal-hal yang positif dan dapat diarahkan menjadi produktif dan konstruktif (Surbakti, 2009).

Sudarma (2008) menjelaskan bahwa masalah yang dialami remaja selain masalah seks dan seksual serta pola hidup remaja juga masalah anemia yang terjadi pada remaja putri. Remaja putri yang mulai melakukan diet untuk menurunkan berat badan sering mengalami anemia (Rozaline, 2008). Remaja putri juga beresiko mengalami anemia karena mengalami menstruasi yang menyebabkan kekurangan zat besi. Zat besi adalah suatu unsur penting dalam pembentukan sel darah merah, kekurangan zat ini dapat menyebabkan anemia (Freitag & Oktaviani, 2010).

Kelebihan dan kekurangan makan selama masa remaja menimbulkan masalah khusus. Pada saat remaja mengalami peningkatan berat badan dan menyimpan lemak, remaja khususnya putri sering memaksakan diri untuk melakukan diet. Keinginan untuk menjadi ramping dan takut gemuk mendorong untuk melakukan tindakan menurunkan asupan nutrisi yang tidak adekuat, mengakibatkan remaja kehabisan energi dan kekurangan nutrisi esensial bagi pertumbuhan tubuhnya (Wong, 2009).

Anemia pada remaja dapat mengakibatkan turunnya perkembangan mental dan psikomotorik, perubahan perilaku dan pertumbuhan fisik yang terlambat (Yatim, 2005). Anemia juga dapat menurunkan kemampuan untuk berkonsentrasi dengan baik sehingga akan menurunkan prestasi belajar. Remaja yang mengalami anemia akan mudah lelah, apatis, tidak kreatif dan mudah

tidak putus asa. Keadaan ini timbul karena remaja umumnya kurang memperhatikan mutu makanan (Astawan & Kasih, 2008).

Anemia dapat diatasi secara oral atau suntikan suplemen zat besi dengan dosis 60-180 mg/ hari sampai keadaan normal. Remaja dan wanita mempunyai kebutuhan zat besi sekitar 14-33 mg/ hari. Untuk mencegah terjadinya anemia zat besi dapat dilakukan dengan mengkonsumsi bahan makanan sumber utama zat besi seperti daging, telur, susu dan sayuran sesuai kecukupan gizi yang dianjurkan. Bahan-bahan yang diperoleh dari alam dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kadar zat besi dalam tubuh (Pangkalan Ide, 2007).

Menurut Soekirman (2000) yang telah dikutip oleh Ermita menyatakan bahwa lebih kurang 2.1 milyar orang didunia menderita anemia gizi besi termasuk pada tingkat berat dan pada negara berkembang terdapat prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 17-89% (Ruel,2001). Preavalensi anemia yang cukup besar pada remaja putri karena pada masa remaja terjadi pertumbuhan cepat (growth spurt). Selama periode tersebut masa tulang meningkat dan remodelling tulang ; jaringan lunak, organ-organ, dan bahkan massa sel darah merah meningkat dalam hal ukuran (Dimeglio, 2000).

Hasil Riset Kesehatan Dasar Riskesdas (2013) menunjukkan bahwa kejadian anemia pada anak usia 5-14 tahun (Hb kurang dari 12,0 g/dl) sebesar 26,4% dan wanita Usia Subur (WUS) umur 15-44 tahun sebesar 35,5%. Penelitian Fikawati,dkk(2011) menunjukkan hubungan yang bermakna kadar Hb sebelum dan setelah pemberian suplementasi zat besi. Pada penelitian tersebut menerangkan bahwa kadar Hb remaja putri sebelum pemberian suplementasi zat besi masih rendah. Laporan berbagai studi di Indonesia memperlihatkan masih tingginya prevalensi anemia gizi pada remaja putri yang berkisar 20-50%.

Penelitian di SMA Yogyakarta diperoleh prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 54,9% dan di Padang, Sumatra Barat mendapatkan prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 30%. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rosidi (2015) menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb remaja putri dengan

usia 13-15 tahun sebesar 11,15 gr/dl. Survei yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Pekalongan di SMA Negeri 01 Doro melaporkan bahwa remaja yang mengalami anemia sebesar 18%. Pada remaja putri di SMA tersebut sedang dilakukan program pemberian tablet tambah darah.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh pemberian tablet besi terhadap kadar hemoglobin (Hb) remaja putri anemia di SMA Negeri 01 Doro Kabupaten Pekalongan” .

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian yaitu “Apakah ada pengaruh konsumsi tablet besi terhadap kadar Hemoglobin (Hb) remaja putri anemia di SMA Negeri 01 Doro Kabupaten Pekalongan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi tablet besi terhadap kadar Hemoglobin (Hb) remaja putri anemia di SMA Negeri 01 Doro Kabupaten Pekalongan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan konsumsi tablet besi pada remaja putri anemia di SMA Negeri 01 Doro Kabupaten Pekalongan
- b. Mendeskripsikan kadar hemoglobin remaja putri anemia di SMA Negeri 01 Doro Kabupaten Pekalongan sebelum dan sesudah pemberian tablet besi
- c. Menganalisis pengaruh konsumsi tablet besi terhadap kadar hemoglobin remaja putri anemia di SMA Negeri 01 Doro Kabupaten Pekalongan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Remaja

Penelitian yang telah dilakukan dapat memberikan informasi mengenai kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kadar hemoglobin dan siklus menstruasi pada remaja putri.

1.4.2 Bagi Puskesmas

Penelitian yang telah dilakukan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam mengoptimalkan program pemberian pendidikan kesehatan pada remaja putri untuk memotivasi dalam mencegah anemia pada remaja.

1.4.3 Bagi Peneliti

Manfaat yang diperoleh bagi peneliti antara lain :

- a. Peneliti dapat mengevaluasi program pemberian tablet besi pada remaja putri oleh dinas kesehatan Kab. Pekalongan
- b. Peneliti mengetahui pengaruh pemberian tablet besi terhadap kadar Hb pada remaja putri.

1.5 Keaslian Penelitian

Adapun keaslian penelitian yang relevan dengan penelitian ini dapat dilihat pada tabel 1. Keaslian Penelitian Lain yang Relevan

No.	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Variabel Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Citta Cendani, Etisa Adi Murbawani	Asupan mikronutrien, kadar Hb dan kesegaran jasmani remaja putri	- Asupan mikronutrien - Kadar Hb - Kessegaran jasmani	Asupan Fe,Zn,Cu,asam folat,dan B6 berhubungan dengan kadar Hb, namun kadar Hb tidak ada hubungan dengan kesegaran jasmani.
2.	Sandra Fikawati, Ahmad Shafiq, Sri Nurjuaida	Pengaruh suplementasi zat besi satu dan duakali perminggu terhadap kadar Hb pada siswi yang menderita anemia	- Suplementasi zat besi 1x/minggu - Suplementasi zat besi 2x/minggu - Kadar Hb	Suplmentasi perminggu (satu kali perminggu) sama efektifnya dengan suplementasi dua kali

3. Ermita Arumsari	Faktor resiko anemia pada remaja putri peserta program pencegahan dan penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) di Kota Bekasi	- Faktor resiko anemia - Status anaemia	perminggu Faktor resiko yang signifikan mempengaruhi status anemia adalah usia, status menstruasi, frekuensi konsumsi telur ayam, telur bebek, waluh dan sawi
--------------------	--	--	--

Pada tabel 1. ketiga keaslian penelitian tersebut variabel terikat yang diteliti adalah variabel tentang kadar Hb dan status anemia. Hal tersebut sama dengan judul penelitian yang akan saya teliti yaitu berupa kadar Hb.

Desain penelitian dari penelitian saya, tidak berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Fikawati,dkk yaitu berupa eksperimen yang dilakukan pada sampel, kemudian untuk penelitian yang lain dari tabel 1. menggunakan desain penelitian *cross sectional*.