

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan suatu masa dimana anak-anak beranjak ke masa dewasa, mereka akan mendapati banyaknya perubahan, baik secara biologis, psikologis, dan sosialnya (Andrian Lusi et al., 2022). Pada saat ini remaja Indonesia masih memiliki tiga masalah gizi diantaranya adalah stunting, wasting, dan obesitas serta defisiensi mikronutrien seperti anemia (Kemenkes RI, 2020). Karena pada saat ini kebanyakan remaja lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji, dimana yang dikonsumsi tersebut belum pasti memenuhi asupan gizi yang dibutuhkan tubuh. Selain itu remaja pada masa kini terutama remaja putri lebih mementingkan menjaga penampilan mereka agar lebih langsing, tidak gendut agar terhindar dari rasa tidak percaya diri. Apalagi dari pengaruh teman sebaya dan media sosial yang saat ini banyak sekali menyebarkan suatu hal yang sedang hits seperti beraneka ragam jajanan viral namun dari segi gizi tidak memenuhi asupan gizi yang seimbang.

Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2018, remaja yang berstatus gizi kurus dan sangat kurus dengan rentang usia 13-15 tahun sebesar 8,7% dan usia 16-18 tahun sebesar 8,1% (Kemenkes RI, 2020). Di Provinsi DI Yogyakarta sendiri pada remaja yang berusia 16-18 tahun menempati prevalensi tertinggi status gizi kurus (10,58%) dan sangat kurus (3,93%) terjadi di Kota Yogyakarta (Riskesdas, 2018). Untuk itu, remaja membutuhkan nutrisi yang cukup dengan gizi yang seimbang, dimana pada saat usia remaja kondisi tubuh memerlukan energi lebih untuk menjalankan aktivitas. Untuk itu kita perlu memperhatikan gizi yang baik dan optimal bagi tubuh. Seperti yang kita ketahui bahwa gizi adalah sesuatu yang harus dipenuhi oleh makhluk hidup terutama manusia.

Gizi membantu kita dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, serta memberikan kita energi untuk menjalani kehidupan sehari-hari

sekaligus memelihara daya tahan tubuh. Dalam menentukan apakah seseorang memiliki status gizi yang normal maupun kurang dari batas normal kita perlu menggunakan sebuah cara, salah satunya adalah dengan mengukur status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh.

IMT merupakan salah satu cara yang digunakan dalam menentukan, memantau status gizi seseorang dengan menggunakan rumus yang ditetapkan (Andriana & Prihantini, 2021). Cara tersebut dapat digunakan untuk menentukan status gizi remaja, yang pada saat ini remaja menjadi rentan terkena masalah gizi seperti kurus ataupun gemuk dan kekurangan zat gizi mikro yaitu zat besi, terutama di kalangan remaja putri. Padahal mereka sendiri membutuhkan nutrisi yang lebih besar, karena selain mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan, mereka juga mengalami haid setiap bulan, yang berarti asupan gizi terutama zat besi sangat dibutuhkan untuk melengkapi kebutuhan zat besi yang berkurang karena menstruasi pada setiap bulannya (Siregar, 2018). Jika tubuh mengalami kekurangan zat besi maka bisa menyebabkan terjadinya anemia.

Anemia menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang memiliki angka kejadian cukup tinggi di Indonesia. Anemia yaitu kondisi dimana jumlah kadar hemoglobin pada eritrosit kurang dari batas normal (Harahap, 2018). Hemoglobin yaitu protein yang didalamnya mengandung zat besi dalam eritrosit di dalam tubuh manusia (Widyantari, 2021). Hemoglobin bisa disebut sebagai salah satu elemen terpenting bagi tubuh manusia, hemoglobin berfungsi mengangkut oksigen, juga mempunyai fungsi sebagai pertukaran oksigen dan karbondioksida (Widyantari, 2021). Kadar Hemoglobin sendiri merupakan sebuah indikator berfungsi untuk mengetahui apakah seseorang mempunyai kadar hemoglobin yang normal ataupun rendah (Sari & Afriani, 2018). Jika kadar hemoglobin dalam darah seseorang rendah, maka dapat mengakibatkan suplai oksigen terhambat dan menyebabkan seseorang mengalami anemia. Jenis anemia yang paling sering dijumpai dan bersifat epidemic di masyarakat yaitu anemia defisiensi zat besi (Kusmaryati et al., 2022). Anemia bisa dialami oleh siapapun baik

itu remaja, dewasa, ataupun anak-anak. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi remaja dengan anemia yaitu sebesar 32%, dan dapat diartikan bahwa yang mengalami anemia adalah 3 sampai 4 dari 10 remaja di Indonesia (Kemenkes RI, 2021). Anemia yang terjadi pada remaja ini dapat mengakibatkan hal buruk terhadap kemampuan belajar, menurunnya imun tubuh, penurunan daya konsentrasi, kesehatan jasmani dan produktivitas remaja (Vaira & Karinda, 2022). Tidak hanya itu, remaja putri yang mengalami anemia jika tidak dilakukan penanganan dan pencegahan dapat mengalami dampak yang lebih serius, mengingat remaja putri nantinya memiliki peran sebagai calon ibu yang nantinya mengalami kehamilan dan persalinan, melahirkan generasi penerus bangsa, dimana anemia tersebut berdampak pada kematian ibu saat bersalin, bayi lahir prematur dan bayi dengan BBLR (Rokom, 2018). Gejala anemia yang sering dialami yaitu tubuh kita akan merasa mudah lemah, letih, lesu dan sulit berkonsentrasi.

Penanganan dan pencegahan anemia bisa dilakukan dengan memenuhi kebutuhan nutrisi yang mengandung vitamin dan mineral yang tinggi karena dapat menunjang pembentukan sel darah merah. Makanan yang mengandung protein, zat besi, asam folat, yang dapat diperoleh dari sayuran hijau, kacang-kacangan, hati, vitamin C yang terdapat pada buah-buahan juga bisa membantu absorpsi zat besi. Selain itu kita juga perlu mengonsumsi zat besi tambahan seperti Tablet Tambah Darah (TTD). Kementerian kesehatan melakukan intervensi khusus untuk membantu remaja putri dalam mencegah anemia dengan memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) dan memberikan edukasi kepada masyarakat khususnya remaja putri tentang gizi yang seimbang dan penambahan zat besi dalam bahan makanan, serta menerapkan kebersihan dan kesehatan sehari-hari (Kemenkes RI, 2021). Di Indonesia sendiri cakupan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri pada tahun 2021 adalah sebanyak 31,3%. Dengan presentase tertinggi adalah Provinsi Bali yaitu 85,9% dan presentase terendah yaitu Provinsi Maluku Utara yaitu 2,1%. Sedangkan di

DI Yogyakarta berada di urutan keempat dengan presentase 56,9% (Kemenkes RI, 2022). Untuk remaja putri sendiri dosis TTD yang dianjurkan yaitu mengonsumsi tablet tambah darah rutin sesuai dosis yang dianjurkan yaitu satu tablet setiap hari saat menstruasi dan satu tablet setiap minggu (Widiastuti et al., 2019).

Seperti yang sudah dibahas di atas asupan gizi yang kurang atau tidak terpenuhi sendiri dapat menyebabkan anemia, karena kurangnya zat gizi dapat berpengaruh terhadap absorpsi zat besi, dimana jika tubuh kita mengalami defisiensi zat besi maka akan mengganggu pembentukan hemoglobin, Menurut Thompson dalam Kusmaryati, et al (2022) status gizi memiliki hubungan yang positif dengan konsentrasi hemoglobin dalam darah, yang berarti jika seseorang mengalami status gizi yang semakin buruk maka semakin rendah juga kadar hemoglobin seseorang tersebut. Berdasarkan penelitian Kusmaryati, et al (2022) ditemukan hasil yaitu ada hubungan antara IMT dengan kadar Hb pada remaja.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilaksanakan pada tanggal 1 Maret 2023 di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, dimana dilakukan wawancara terhadap 11 siswi dengan memberikan pertanyaan berupa tanda gejala anemia seperti lemah, letih lesu, mudah mengantuk, pusing, sulit konsentrasi, dan melakukan pemeriksaan fisik pada konjungtiva, terdapat 5 siswi yang mengalami tanda gejala anemia dimana 3 diantaranya dengan konjungtiva pucat. Kemudian dari 5 siswi tersebut dilakukan pengukuran kadar hemoglobin dan didapatkan 3 orang dengan kadar Hb kurang dan 2 orang dengan kadar Hb normal. Peneliti juga melakukan pengukuran Indeks Massa Tubuh dimana didapatkan 2 orang memiliki tubuh yang kurus dan 3 orang dengan tubuh ideal. Berdasarkan pernyataan dari pihak UKS di sekolah tersebut telah dilakukan pemberian tablet tambah darah, akan tetapi dari siswi nya sendiri mengatakan ada yang tidak menyukai tablet tambah darah, tidak bisa meminum obat dalam bentuk tablet, dan tidak rutin mengonsumsinya.

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan IMT (Indeks Massa Tubuh) dengan Kadar Hb Pada Remaja Putri”.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat Hubungan Antara Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya hubungan (IMT) dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya karakteristik remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.
- b. Diketuinya Indeks Massa Tubuh pada remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.
- c. Diketuinya kadar hemoglobin pada remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.
- d. Diketuinya hubungan antara IMT dengan kadar Hb remaja putri kelas XI SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Data dan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai penambah wawasan, pengembangan ilmu pengetahuan dan memperkuat hasil penelitian sebelumnya tentang hubungan IMT dengan kadar Hb pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Hasil penelitian bisa bermanfaat dalam beberapa hal yaitu sebagai sumber informasi, referensi, dan dokumentasi di perpustakaan, serta

dapat digunakan sebagai bahan perbandingan untuk mahasiswa yang nantinya melakukan penelitian selanjutnya.

b. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian bermanfaat sebagai penambah wawasan sekaligus pengalaman tentang hubungan IMT dengan kadar Hb. Untuk mahasiswa yang akan melakukan penelitian selanjutnya bisa dijadikan sebagai referensi dengan menambahkan variabel lainnya sebagai kebaruan penelitian. Selain itu kita dapat lebih mengetahui tentang gizi seimbang yang harus terpenuhi, untuk memperoleh IMT dan kadar Hb yang normal sekaligus mencegah anemia.

c. Bagi Siswa

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai penambah wawasan sekaligus sebagai informasi tentang hubungan IMT dengan kadar Hb pada remaja, sehingga remaja dapat menjalani kehidupan yang sehat dengan gizi seimbang untuk mencegah masalah gizi dan anemia.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Haemoglobin Pada Remaja di Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Boolang Mongondow Utara (Janneta Sukarno et al., 2016)	Analitik observasional dengan rancangan cross sectional study Variabel Independen: IMT Variabel Dependent: Kadar Hb	Terdapat hubungan antara IMT dengan kadar Hb pada remaja di Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Mongondow Utara	Sama-sama meneliti tentang hubungan dengan kadar Hb	Tempat penelitian
2	Korelasi Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Hb Remaja Di SMP Satu Atap Desa Suka	Analitik observasional menggunakan desain cross sectional	Terdapat hubungan yang bermakna antara IMT dengan Kadar hemoglobin pada remaja di SMP	Sama-sama meneliti tentang hubungan dengan	Tempat penelitian

	Maju Kecamatan (Kusmaryati et al., 2022)	Variabel Independen: IMT Variabel Dependen: Kadar Hb	Satu Atap Desa Suka Maju Kecamatan Mestong Muaro Jambi	kadar hemoglobin	
3	Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Kebutuhan Gizi Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Asrama Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak Kabupaten Kuburaya Tahun 2019 (Denny Pebrianti et al., 2019)	Desain observasional analitik dan pendekatan cross sectional study Variabel Independen yaitu IMT Variabel Dependen yaitu: Kadar Hb	Terdapat hubungan antara pengetahuan tentang kebutuhan gizi remaja dan kadar Hb dan terdapat hubungan antara IMT dengan kadar Hb pada remaja putri di Asrama Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak Kabupaten Kuburaya	Sama-sama meneliti tentang hubungan IMT dengan kadar Hb	Tempat penelitian
4	Hubungan Status Gizi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Madrasah Aliyah Darul Ulum Panaragan Jaya Tulang Bawang Barat tahun 2019 (Sanjaya et al., 2020)	Penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional Variabel Independen: IMT Variabel Dependen: Kadar Hb	Hasil penelitian terdapat hubungan antara status gizi dan kadar Hb pada remaja putri	Sama-sama meneliti tentang hubungan IMT dengan kadar Hb	Tempat dan Teknik pengambilan sampel penelitian